ISSN 2618-6047

GERÇEĞE DOĞRU

zafer

BİLİM-ARAŞTIRMA • KÜLTÜR-SANAT DERGİSİ

547. SAYI TEMMUZ 2022

FİYAT: 17 TL

DÜNYAMIZDA ISI DENGESİ NASIL SAĞLANIYOR?

PARA DEĞİLSE MUTLULUĞU SAĞLAYAN ŞEY NE?

MUCİZEVİ BİR ÜRÜN: PROPOLİS

DÜNYANIN ÖLÜMÜ

ALKOLÜN AZI DA ZARARLIYMIŞ

ALGI HATALARI

AHİRET YOLCULUĞUNDAKİ **DURAKLARIMIZ**

Sizlerle

Temmuz 2022

Merhaba değerli dostlar,

Temmuz ayına Kurban Bayramı heyecanıyla başladık. Kurban ibadetini yerine getirmek, tanıdık tanımadık insanlarla yardımlaşmak, insanların gönlünü almak bizim güzelliklerimiz. Bu güzellikleri yeni nesillerimize aktarırken daha gayretli olmalıyız; evladımızın, tuttuğumuz futbol takımını tutması için gösterdiğimiz gayret kadar olsa yeter aslında... Daha yeni konuşmaya başlayan çocuğuna aldığı formayı giydirip, takımının marşını öğretmeye çalışırken zevk ve heyecan duyanlarımız çok.

Bu tespiti yapmak zorundayız; çocuklarımıza dinimize ait bilmesi ve uygulaması gereken konuları öğretmeyi ya hiç düşünmüyor ya erteliyor ya da 'ileride kendisi öğrenir nasıl olsa' diyerek ihmal ediyoruz. Sonuçta sosyal medyanın ve çevrenin yetiştirdiği evlatlarımız, kalbimizi paramparça eden tercihleriyle karşımıza dikiliyor.

Tarlasını kendi haline bırakıp buğday hasadı yapan var mı; ya diken ekip mısır hasadı yapan!.. Ektiğimizi biçiyoruz hepsi bu. Kapakta da değindiğimiz dünya sonrası menzillerde ne yapacağız!.. Bu sebeple işin şaka olmadığını görmeliyiz. Önce kendimiz öğrenmeli, yaşamalı, evlatlarımıza da bebeklikten başlayıp öğretmeli, sevdirmeli ve yaşatmalıyız...

...

Geçtiğimiz günlerde bizleri şok eden olaylar yaşadık; kutsallarımız konusunda rencide olduk, sarsıldık... Bundan sonra da benzerlerini yaşayabiliriz.

Bunlardan sadece şikayet yerine, hukuk çerçevesinde tepki vererek bir daha yaşanmaması için gerekenleri yapmalıyız.

Tamam, günahkara değil günaha kızalım; ama mesele sadece bu değil. Kutsallarımızı, değerlerimizi de sahipsiz bırakmamalıyız; böyle bir şeyi aklından geçiren birisi ödeyeceği bedeli de düşünmeli. Yeri gelmişken Sultan Abdülhamid'i rahmetle analım; Fransa'da o habis oyunun tiyatroda icrasını engellemişti...

Evet bunların tekrar yaşanmaması için hukuk çerçevesinde gereken tüm girişimleri, tüm tepkileri göstermek konusunda her birimiz konumumuza göre sorumluyuz.

Bunlardan daha da önemlisi; içimizden—gençlerin onlara benzemeye özeneceği—ülke çapında, dünya çapında bilimci, sanatkâr ve zanaatkâr insanların yetişmesi lâzım... Fakat bunun için de Müslümanlara karşı Molla Kasım gibi sürekli eleştirip budayan değil, olumlu yanlarını destekleyen insanlar olmalıyız.

Acımasız eleştiri anlayışımız kültür toprağımızı bozuyor; seçkin insanların yetişme imkânı yok oluyor. Ya hayır konuşmalı, ya susmalı... Unutmayalım, Allah'ın hükmüyle her Müslüman kardeşimizdir ve onun iyiliğini istemek imanımızın gereğidir. Bizler bir bedenin azaları gibiyiz, birbirimize karşı şefkat ve ilgiyle sorumluyuz. Bizi birbirimizin aleyhinde zehirleyenlere fırsat vermemeliyiz...

...

Temmuz sayımız da hayırlara vesile olsun inşaallah. Emeği ve katkısı olan tüm dostlarımıza teşekkür ediyoruz. Allah sizlerden razı olsun.

Gayret, çalışmak, sefer bizim; zafer Allah'ın...

— Editör

zafer

Ulusal Süreli Yayın

Temmuz, 2022 / Sayı: 547

Fiyatı: 17 TL (KDV dahil)

İmtiyaz Sahibi:
Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği
İktisadi İşletmesi

Şirket Adına Yetkili: Cavit Çağlar

Genel Yayın Yönetmeni: Prof. Dr. Sefa Saygılı

Yazı İşleri Müdürü ve Editör: Suat Ünsal

Kapak Grafik-Tasarım: Mücahit Taşkın

Abone Servisi: Betül Büken - Sibel Aydın - M. Çağla Karaca

abone@zaferdergisi.com

Gerçeğe Doğru Zafer Dergisi

Adres: Orta mah. Pazar geçidi sk. No: 20 Adapazarı, Sakarya

Abone Merkezi ve İletişim Adresleri
Orta mah. Pazar geçidi sk. No: 20 Adapazarı, Sakarya

www.zaferdergisi.com / zaferabone@gmail.com

İRTİBAT TELEFONLARI: 0 549 505 60 01 - 02 - 03

Nasıl Abone Olabilirsiniz?

Dergimize abone olmak ve yenilemek için telefonla arayabilirsiniz.
zaferabone@gmail.com adresine
isim, adres, telf. ve e-mail bilgilerinizi yollayabilirsiniz.

Abone Ücretleri

Yurt İçi abone ücreti (12 sayı, 1 yıllık): **200 TL** /KDV dahil
Yurt Dışı abone ücreti (12 sayı, 1 yıllık): Avrupa **60 EURO**
ABD: **70 USD** - Avustralya: **80 AUD**

Abone Ücretini Nasıl Ödeyebilirsiniz?

1- Kredi kartı numaranızı bize bildirerek ya da internet sitemizden ödeme yapabilirsiniz.

2- Bir PTT şubesine giderek POSTA ÇEKİ hesabımıza yatırabilirsiniz. (Lütfen posta çeki üzerine isminizi yazmayı unutmayınız.)

POSTA ÇEKİ HESAP NO: 170 880 68

Alıcı adı: Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği İktisadi İşletmesi

3- Ayrıca aşağıdaki BANKA HESAP nolarına abone ücretinizi ödeyebilirsiniz.

Banka Hesap numaraları

Hesap Sahibi: Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği İktisadi İşletmesi

TL HESAP NUMARALARI
(Hesap Sahibi: Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği İktisadi İşletmesi)
-Kuveyt Türk Katılım Bankası İBAN: **TR18 0020 5000 0957 7519 4000 01**
-Türkiye Finans Katılım Bankası İBAN: **TR59 0020 6001 0903 7795 3900 01**

EURO ve USD HESAP NUMARALARI
(Hesap Sahibi: Zafer Bilim Kültür Yardımlaşma Derneği İktisadi İşletmesi)
-Kuveyt Türk Katılım Bankası
EUR: TR07 0020 5000 0957 7519 4001 02 BIC/Swift Code: KTEFTRIS
USD: TR34 0020 5000 0957 7519 4001 01 BIC/Swift Code: KTEFTRIS

Baskı-Cilt: Mega Basım Yayın San. ve Tic. A.Ş. Cihangir Mahallesi Güvercin Caddesi No:3/1 Baha İş Merkezi, A Blok Kat:2 34310 Haramidere/İstanbul
www.mega.com.tr Tel: 0 212 412 17 00 Sertifika No: 44452

içindekiler

SATIR / ARASI

Yanlış çok; yanlışı tenkid etmek de kolay. Ancak bir doğruyu öğretmek, bin tane yanlışın yanlış olduğunu sayıp dökmekten daha hayırlıdır... Okuyanın gönlüne aşk, şevk ve ümit vermelisin. Çok kahır çekmiş bu halkı karamsarlığa itmeye kimsenin hakkı yoktur.

— Fethi Gemuhluoğlu



Bazı şiirlerin kafiye tutmadığını zor yoldan öğrendim. Bazı hikâyelerin belli bir başlangıcı, ortası ve sonu olmadığını da... Hayatı bilinmezliklerle yaşamak; değişmek zorunda kalmak; bir sonraki anda ne olacağını bilmeksizin içinde bulunduğunuz ânı en iyi şekilde değerlendirmek... Tatlı belirsizlik.

— Gilda Rabner



Çok çalışan birisi olmak yetmez, ne üzerinde çalıştığınızı da düşünün.

— H. David Thoreau

Bir yerden başlamak gerek... Hani demem o ki: Başlamadığınız hiçbir şey bitmez...

— Prof. Dr. Salih Şimşek

Etkileyici ve hatırlanabilir bir konuşma yapmak için:

1. Dinleyicinin beklentisini bilin.
2. Hedefiniz / mesajınız açık olsun.
3. Seçtiğiniz konuya odaklanın.
4. Yeni bakış açısı getirin.
5. Kanıt ve dayanaklar sunun.
6. Gereksiz noktalara girmeyin.
7. Hazırlıksız konuşmayın.

— Prof. Dr. Ulvi Saran



Yola çıkmak ruhun sızısına şifa aramaktır. Hayat bir bakıma şifa bulma arzusudur. İnsanın o ilksel ayrılığından iyileşme ve Canan'la buluşma arzusu. Şifa sahibini arayış ...
Bir sufi sözünde söylendiği gibi, "Her arayan bulamaz, ancak bulanlar yalnızca arayanlardır."

— Prof. Dr. Kemal Sayar

Cahit Zarifoğlu, zarif dokunuşların şiirini okuyor parmak uçlarında, eşyaya kalbiyle temas edenlerin sevincini taşıyor aklımıza: "Ben menekşelerin yapraklarını birkaç aylık çocuğun pembe yanaklarını okşar gibi okşayanlar gördüm."

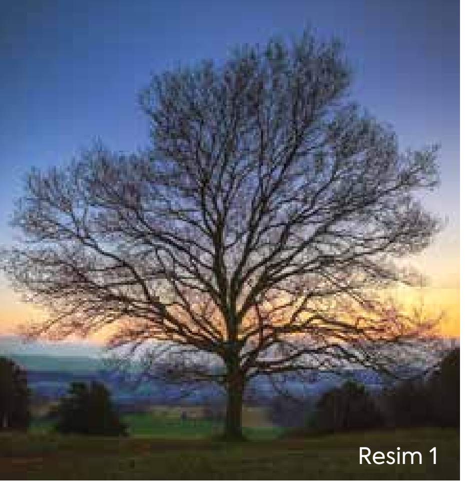


Rainer Maria Rilke, insanın sonsuza akışını duyuyor can kulağıyla: "Yalnızca içteki yakındır; başka her şey uzak." Yakınlığın ve uzaklığın tarifini ruhun coğrafyasına göre yapıyor. Bir başka "şahdamarı yakınlığı" arayışı...

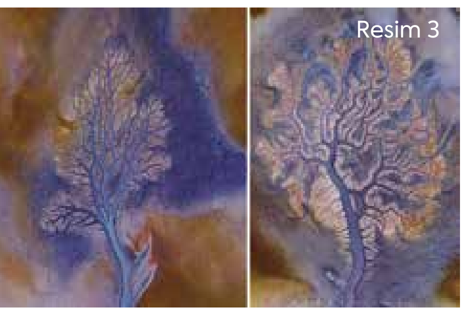
İbadet nefse, ilim cehalete meydan okumadır. Takva şeytana, sanat kabalığa, spor tembelliğe, edep hayasızlığa meydan okumadır...

— Ömer Hatunoğlu

Yörüklerin iyilik duası:
"Allah'ım! Önce dağa taşa ver. Ormana, hayvanlara, suya ver. Ondan sonra insanlara, kapı komşuma, muhtaç olana ver. Peşi sıra da bana ver!.."


Resim 1


Resim 2


Resim 3


Resim 4

Fraktal Dallanma Deseni

Fraktal Geometri

PROF. DR. Ş. HAKAN ATALGIN

Bir ağacın dalları (Resim 1), akciğer bronşlarının dallanması (Resim 2), bir nehrin veya gölün yatakları (Resim 3), çöldeki kumların görüntüsü (Resim 4), yıldırım (Resim 5), organların damarlarının seyri (Resim 6-7-8), fiyortlar, dağ sıraları, adaların, göllerin veya buzulların yolları ve bunun gibi benzer görünüp tekrar eden yapılar insanın hoşuna giden görüntülerdir.

Bunların insanı hayrette bırakan simetrileri, görüntüleri ve desenleri de cabası. Bu görüntülere tabiatta çok fazla rastlanır, bu desenlere 'fraktal geometri' veya 'fraktal dallanma' adı verilir.

Fraktal dallanma, her ölçekte benzer görünen ve kendini tekrar eden ayrıntılı bir dallanma modelidir. Basit bir kuralı vardır ve onu tekrar tekrar uygulayarak karmaşık şekillerle sonuçlanır. Desen olarak güzel olmalarının yanında işlevsel olarak da "en az maliyet ve en fazla verim kanunu" çerçevesinde yaratılırlar.

Tabiatta Çoğu Sistemde Fraktal Geometri Bulunur

Bunlar görünüşte karmaşık olabilir, fakat bu desenler fonksiyonel desenlerdir.

İnsan veya hayvan hava yolu olan bronşlar, damarlar ve ağaçların dalları ve yapraklarının damarlarındaki fraktal geometriler ve buna benzer sistemler. Bunların desenleri, işlevlerini kusursuz yerine getirmek için uygun hale getirilmiştir.

Canlılardaki bu fraktal geometrik desen ve dallanma modeli nesiller boyunca benzer kalmış, tüm modellerde alt/yavru dalların çapı neredeyse sabit olarak küçük yaratılmıştır. Hava yolları olan bronşların gözlemlenen dallanma çapı oranları, damarsal ağaç için formüle edilen ideal dallanma oranına çok yakın olduğu ortaya çıkmıştır. Bu oran, iletken segmentler içindeki hacmin yanı sıra sıvıya veya havaya karşı direnci en aza indirmeye eğilimlidir. Damarsal ağacın morfometrisinin de hemodinamik olarak uygun yaratıldığı gösterilmiştir, öyle ki direnç en aza indirilirken aynı zamanda iletken damarlardaki kan hacmi de azalır. Bu dallanan ağaçların basmakalıp geometrisi, pulmoner vasküler desenin, damarların ve bronşun fraktal bir yapı olduğu gerçeğine götürür. Bu tür çatallanan ağaçların, "bileşenlerini inşa etmek, onarmak ve işletmek için minimum enerji ve malzeme harcamak ve bu nitelikleri birçok koşulda korumak için" yeterli bir yaratılış tasarım ilkesini izlediğini gösterir.

Memelilerde Akciğer Tasarımı

Yetişkin insan hava yolu 5 cm2'lik bir kesit alanı ile trakea'da (soluk borusunda) başlar ve fraktal dallanma yoluyla 480.000.000 alveole bağlanan, 17 milyon dalı olan, toplam yüzey alanı 130 m2 olan bir ağaca benzeyen yapıya dönüşür.

Memeli akciğerinin birincil işlevi, çevre ve organizma arasında solunum gazlarını verimli bir şekilde değiştirmektir. Memeliler hava soludukları için solunum sisteminde bazı özelliklerinin olması şarttır. Su ve ısı kaybını en aza indirmek için gelen havaya nem ve ısı eklenmeli ve nefes verirken bu geri kazanılmalıdır. Boşa harcanan havalandırmayı ve solunum işini azaltmak için iletken sistemin hacmi en aza indirilmelidir. Gaz değişimi için yüzey alanı, göğüs boşluğunun hacmiyle sınırlandırılırken maksimuma çıkarılmalıdır. Benzer şekilde, sağ kalbin yapması gereken işi azaltmak için kanın direnci en aza indiren bir damar sistemi aracılığıyla iletilmesi gerekir. Bronşlarda olduğu gibi damarlar da fraktal sisteme göre düzenlenmiştir. Damar sistemi, göğüs boşluğu tarafından kısıtlanırken, gaz alışverişi için oluşturduğu yüzey alanını da maksimize etmelidir. Bu şekilde verimliliğin artırılması fraktal geometri ile doğrudan ilişkilidir.

...

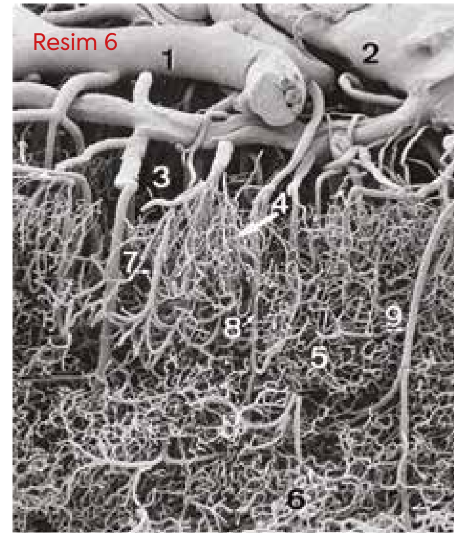
Tüm farklı canlı veya cansız sistemlerde gözlenen bu desenin, aynı amaç için yaklaşık aynı modelde yaratılması bu fraktal desenin bir elden çıktığını, aynı ilim ve irade tarafından yaratıldığını gösterir. Gördüğümüz geometrik desen, o ilim ve iradeye işaret eder. "Basar masnuatı görüp de basiret Sanii görmezse çok garip ve pek çirkin düşer" ifadesinde de belirtildiği gibi... Her yaratılan eser, sahibini gösteriyor. Asıl olan o esere Allah namına bakmaktır.

Bakışımızın ibret, sözümüzün hikmet olması duasıyla...❖

Resim Açıklamaları:

Resim 1. Kışın hep görmeye alışık olduğumuz bir ağacın fraktal geometrisi. **Resim 2.** Bir akciğerin bronşlarının görüntüsü (Korozyon kast yöntemi ile). **Resim 3.** Burdur Yarışlı Gölü'nde oluşan fraktal desenler. **Resim 4.** Meksika'daki Baja California Çölü'nde kumları sürükleyen suyun oluşturduğu fraktal geometrik desenler. **Resim 5.** Yıldırımın çarptığı insanların yaraları aynı desenlere sahiptir. **Resim 6.** Beyne ait damarlar. **Resim 7 ve 8.** Dalak damarlarının fraktal geometrik yapıları (Korozyon kast ve latex enjeksiyon yöntemi ile).


Resim 5



Resim 6


Resim 7


Resim 8

Hayat Öyküsü



Perde Arası

HAZIRLAYAN: PINAR ÇAĞLAR

Tiyatroda birinci perdeden sonra verilen ara bitmiş, seyirciler oyunun ikinci perdesini seyretmek üzere salondaki yerlerine dönüyorlardı.

Oturduğu koltuğun hangi sırada olduğunu karıştıran bir seyirci, doğru olduğunu düşündüğü sıranın başındaki koltukta oturan kişiye yaklaştı ve nazikçe sordu:

“Afedersiniz, biraz önce çıkarken ayağınıza basmış mıydım?”

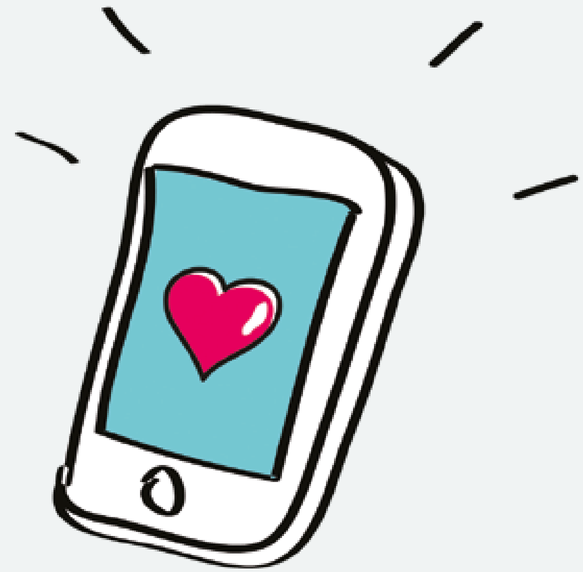
Adam, canının sıkılmış olduğunu belli eden bir ifadeyle cevap verdi:

“Demek sonunda hatanızı fark ettiniz!..” dedi. “Evet, çıkarken ayağıma basmıştınız.”

Yerini karıştıran seyirci, önce “Oh, süper” dedi ve sonra da pişkin bir eda ile gülümseyerek dedi ki:

“Hangi sırada oturduğumu bulabildim.” ❖

Hoşgeldin Akşam...



DR. NAZLI ÖZBURUN

Ve gün veda etti...

Az sonra sonra akşam yemeğini yemiş olacaksın...

Ardından eline telefonu şöyle bir alacak İnstagram’da dolaşacaksın...

Ve işte o zaman denize karşı ellerinde çay fincanlarıyla mutlu çiftleri... Sen balkona dahi çıkamamışken gezmelere doyamayanları... Ananas suyu yudumlayanları... Arabalarında son ses müzik dinlerken story atanları... Bilmem kaçıncı kez evini dekore edenleri... Kuş sütünün eksik olmadığı devasa sofraları göreceksin...

İlişkileri harabe, ilişki uzmanlarını... Evliliğe adım atmamış evlilik otoritelerini, kendilerine hayrı dokunmayan söz cambazlarını... Alemin sırrını çözmüş enerji uzmanlarını, göstermelik sevgi sunumlarını... Aşkımlı, canımlı yıldönümü kutlamalarını... Daha neler neler... Göreceksin... Gördüklerini gerçek sanacak kendini üzeceksin...

...

Ey sade insan, sadece nefes alman, bir bardak suyu içebilmen, sıcak bir yatakta uyabilmen bile bir mucize iken bütün bu saydıklarımı ve daha başkalarını görüp kendini ve hayatını değersizleştireceksin az sonra...

Kendi özgün gerçekliğini, balkonundaki orkideyi, sofrandaki yemeği, yanındaki eşini, koltukta uzanmış yol arkadaşını görmeyeceksin...

Sahte olana, sanal olana teveccühün, gerçek olanı gözünde basitleştirecek...

Sonra gelsin şikâyet, mutsuzluk, kıyaslama, değersizleştirme, beğenmeme...

...

Haydi şimdi yeniden başlayalım... Derin bir nefes al, bu defa kendi gökyüzüne bak... Kendi gerçekliğindeki mucizelere... Karşındaki gülümseyen yüze... Yan koltukta oturan eşine... İçerde oynayan çocuklarına... Seni bekleyen kitaplarına... Ayağının dibinde sev diye bekleyen kedine... Fincandaki çayına, vazodaki çiçeklerine... Perdelerinin arasından belki görürsen diye sana bakan aya...

Yok ille de sosyal medyada kalmak istiyorsan sahici insanlara ve kalbiyle yazanlara bak... Seni yalanlarla avutanlara değil...

E o zaman...

Hoşgeldin akşam diyelim mi? ❖



Para değilse, mutluluğu sağlayan şey ne?

Çok Ama Az

PROF. DR. KEMAL SAYAR

> Gündelik hayatta pek çok şey arasında bir seçim yapmamız gerekiyor. Seçim yapabilmenin özgürlük ve özerkliğimizin bir göstergesi olduğunu düşünüyoruz. Seçimin açık ve güçlü bir araçsal değeri var: İnsanların ihtiyaç duydukları ve istedikleri şeyleri elde etmelerine imkân veriyor.

Seçme özgürlüğü, aynı zamanda ifade edici bir değere de sahip. Yani seçimlerimiz, dünyaya kim olduğumuzu ve nelere değer verdiğimizi göstermenin bir aracı. Yaptığımız her seçim, özerkliğimizin ve kendi kendimizi belirleme duygumuzun bir ifadesi.

Kendimizi iyi hissetmenin yollarından birisi de, çevremiz üzerinde denetim sahibi olduğumuzu düşünmek. Bu düşünce, çaresizlik duygusundan kurtulmamızı sağlar. O halde, sadece seçim yapma imkânımızın olmadığı durumlar için çaresizlik söz konusudur. Ancak seçim yapabilmekledir ki, hayatın gidişatına etkin olarak katılmış oluruz.

Mutluluk, bir süredir psikoloji biliminin ilgisini çeken bir kavram. Yapılan araştırmalar, kişi başına düşen milli gelirin yoksulluk sınırından orta halli yaşama düzeyine yükselmesiyle birlikte, zenginliğin mutluluk üzerindeki etkisinin azaldığını gösteriyor. Dolayısıyla örneğin Japonya Polonya'dan on kat daha zengin olmasına rağmen, Polonya'da da en az Japonya'daki kadar mutlu insan bulunmakta. Bu durumu, aynı ulusun zaman içindeki zenginleşmesini dikkate aldığımızda da görüyoruz: Amerika'da zenginlik 40 yıl içinde 5 kat daha artmış olmasına rağmen bunun insanların mutluluğu üzerinde anlamlı bir etkisi görülmüyor.

...

Para değilse, mutluluğu sağlayan şey ne?

Mutluluğu sağlayan en önemli etken, yakın sosyal ilişkiler. Öznel iyilik hissini, diğer insanlara duyduğumuz bağlılıktan devşiriyoruz. Mutlu olmakla toplumsal bağlılık, bağlanabilme, dostluk kurabilme arasında bir ilişki var. "Kalpten kalbe bir yol var" ve işte o yol, insanları mutlu ediyor.

Son yıllarda yapılan bazı sosyal psikoloji çalışmalarında, maddi refahtaki artışın öznel iyilik hissini beraberinde getirmediği vurgulanıyor. Hatta tam tersine, günümüzde mutluluk ve esenlikte, kayda değer bir azalmanın yaşandığı iddia ediliyor. Yaşantımıza dair pek çok seçim ile karşı karşıyayız; bu hepimiz için aşırı bir yük. Ayrıca hazır bir kimliği benimsemek yerine, modern dünyada artık kendimize yeni bir kimlik üretmek veya keşfetmek durumundayız.

Günümüzde artan refah ve özgürlüğe karşın, bir bedel olarak, sosyal ilişkilerimizin niceliğinde ve niteliğinde azalma yaşıyoruz. Daha çok kazanıp daha çok harcıyor, fakat diğer insanlarla daha az zaman geçiriyoruz. Gittikçe yalnızlaşıyoruz. Yakın ilişkilerin oluşması zaman ve emek ister. Oysa zaman, mutlak biçimde sınırlı bir kaynaktır.

...

Teknoloji zaman kazandıran icatlar yapadursun, zamanla ilgili sınırlılıklarımız giderek artıyor. Modern uygarlık, "eşyadan yana zengin, zamandan yana yoksul" bireyler üretiyor.

Anlamlı sosyal ilişkiler kurmak ve sürdürmek, arzu etmesek bile, bu ilişkiler tarafından sınırlanmayı kabullenmemizi gerektirir. İnsanlara bağlandığımızda seçeneklerimiz sınırlanır. Canımız her istediğinde çekip gidemeyiz, hesap vermemiz gereken bir merci ve sorumluluk hissettiğimiz insanlar vardır.

Ekonomik pazarda kişiler tatmin olmadıklarında, terk etmeyi, bırakıp gitmeyi tercih ederler: Eğer bir lokantanın hizmetinden memnun kalmazsak bir daha ortaya gitmeyiz ve sorun biter. Günümüzde "kullan-at" kültürü insan ilişkilerine de sirayet etmiş olmakla birlikte, sevdiklerimizi, dostlarımızı sorun çıktığında öyle bir lokantayı terk eder gibi kolaylıkla bırakıp gidemeyiz; tam tersine sıkıntılarımızı dillendirmek, sorunları çözmek için çabalamak gerekir. Çabalarımız sonuçsuz kalsa da, denemeye devam ederiz. Terk etme ve bırakıp gitme, en son başvurulacak çözümlerdir.

Hayatın her alanında gittikçe daha çok seçim fırsatına sahip olmak, aslında fark ettiğimizden daha çok kaygı üretiyor. Seçmek zorunda kalmak bazen iradeleri felç ediyor. Bolluk, seçmeye harcanan mesaiyle yakın insan ilişkilerinden çalıyor. Böylece özgürlüğün köleliğine yakalanmış oluyoruz. Aralarında seçim yapabileceğimiz o kadar çok şey var ki, insan olmaya ayırdığımız zaman azalıyor. Seçme şansı çok, ama mutluluk az. ❖

O Çocuksu Hayret...

EZGİ AKGÜL



Ankara Gar'ında tren beklerken yaklaşık 80'lerinde olan bir hanım teyze çarptı gözüme.

Küçülmüş gözlerini büyük bir heyecan ve mutluluk ile öyle açıp gülümsüyordu ki, ister istemez kendi atmosferine çekiyordu sizi.

Biraz yaklaştım onu neyin bu kadar şaşırttığını görmek için, baktım yerde bir güvercin...

Muhtemelen güvercinin garın içine girebilmesine şaşırıyor, etrafına gösteriyordu.

O kadar hoş bir manzaraydı ki, keşke siz de görseydiniz.

Dudağımda tebessüm olayı düşünürken, "ben neden şaşırmadım ki?" diye düşündüm.

En son neye bu kadar şaşırmış ve çok mutlu olmuştum, ya da ne beni şaşkınlıktan korkutup kaskatı kesmişti ki?

Artık hiçbir şeye şaşırmıyoruz farkında mısınız?

"Adam kadını kesip, yakmış." diyorlar, "yarın da gidip zeytin alalım bitmiş." doğallığı ile karşılıyoruz olayı.

"Adam atmosfere çıkıp dünyaya paraşütle atlamış." diyorlar, "ben bi kalkıp yüzümü yıkayım" rahatlığı ile bakıyoruz mevzuya.

Özlemler, nefretler, sevinçler, öfkeler bizi eskisi kadar şaşırtmıyor. Her bahar dünya yeniden canlanıyor da, biz sakız çiğneyerek izliyoruz bu muhteşem olayı.

Bir bebeğin doğması, bir insanın ölmesi bizi hayretlere düşürmüyor.

Oysa düşününce o kadar muhteşem ki her biri kendi içinde.

Ama işte, düşününce...

Düşünmeyi ötelediğimiz, düşünmeyi zaman kaybı gördüğümüz ve yarış atları olduğumuz bir hız çağında yaşadığımız için oluyor böyle.

Odunlara benzetiyorum bizi aslında.

Kurumuş ve tek işe yarar yanı artık sobaya atılmak kalan odunlar gibiyiz...

Güya yapmamız ve çözmemiz gereken o kadar mesele var ki, rutinin muhteşemliğini kaçırıyoruz.

Kaçırınca da odundan farkımız kalmadı haliyle.

Hep bir yerlere koşup yetişmek zorundayız. Hep bir şeyleri başarmak zorundayız. Hep, hep olmak zorundayız bu çağda.

Her şeyi görmek her şeyi duymak her haberi okumak her konuda konuşmak zorundayız artık.

Bu da görerek kanıksama, duyarak normalleştirme mekanizmamızı devreye sokuyor.

O zaman da hiçbir şey bizim için hayret edilecek bir olay olarak kalmıyor.

Teyzeye o kadar özendim ki, inşallah ben de gözlerimdeki o çocuksu hayreti kaybetmeden yaş alır öyle göç ederim bu dünyadan. ❖

Bir Hatıra

Bal Duası

YÜKSEL KARAHAN

Sakarya İmam-Hatip Lisesinde çalışıyordum. Bir pazar günü nöbetim vardı. Okul dışında dolaşırken, karşı evin bahçesinde erik ağacında arıların toplandığını gördüm. Arıcılık da yaptığım için bilirim, arılar oğul vermişti.

Hemen evin kapısına gittim. Kapıya çıkan yaşlı teyzeye "Arıları alayım mı?" deyince, o da böyle bir şey bekliyormuş, "Al evladım al..." dedi.

Eve gittim, bir kovan ve maskeyi alıp geldim. Arıyı kovana topladım ve eve getirdim. Dönüşte de o teyzeye bir kavanoz bal götürüp verdim.

Yaşlı teyze başladı duaya... Bana nasıl dualar ediyor; bir yandan da Allah'a şükürler ediyor.

Ben biraz da hayret ettim. "Teyze ne kadar çok dua ettin" diye şaka yollu söyleyince teyze dedi ki:

"Evladım, sabah kahvaltıda canım bal istedi. Ah bir bal olsa da yesem dedim. Bak Cenab-ı Allah'ın işine ki, ne yollardan bana bal gönderdi" dedi. "Ben şimdi nasıl şükretmeyeyim, nasıl dua etmeyeyim!.."

Rabbimiz birilerinin duasıyla, başka kullarına da ikram ediyor, bir duayla pek çok kulunu sevindiriyor... Ben de şükrettim.

"Dost istersen Allah yeter" cümlesi aklıma geldi. İnsanın kalbinden geçenleri de bilen ve cevap veren bir Rabbini bilmesinin verdiği huzuru ve güveni ne verebilir!..❖



Allah Resulü İnsanların Hatalarını Nasıl Düzeltirdi?

Peygamberimiz Ezanla Alay Eden Gençlere Ne Yaptı?

MEHMET PAKSU



İslam'la ilk şereflenen insanlar içinde gençler başta geliyordu. Gerek Mekke, gerekse Medine hayatında Peygamberimiz aleyhissalatü vesselam gençlere yakınlık gösterir, onlarla çok ilgilenir ve sahip çıkardı.

Yaşadıkları toplum gereği gençlerin çok yanlışları ve kabalıkları da olurdu. Peygamberimiz bütün bunları büyük bir sabırla karşılar, onların imanla buluşmalarına, tevhid hakikatini anlamalarına ve güzel birer insan olmalarına önem verirdi. Efendimizin bu konuda sergilediği örneklerden, benzer durumlar için en güzel çözüm ölçülerini de öğreniyoruz.

Sahâbeden Ebû Mahzûre anlatıyor:

"Resûlullah (asm), Huneyn savaşından dönüyordu. Ben de hepsi Mekkeli olan bir grup gençle beraberdim. Gönlüm gerçek anlamda İslâm'a ısınmamıştı. Bu esnada Resûlullah'ın (asm) müezzini ezan okumaya başladı. Biz de bir köşeye saklanıp müezzinin sesini tekrarlayıp alay etmeye başladık. Yaptıklarımızı Peygamberimiz de duymuştu. Ezan bittikten sonra ***"Şunların içinde güzel sesli birisi var"*** diye gönderdiği adam bizi alıp onun huzuruna çıkardı. Karşısına vardığımızda: ***"Güzel sesli olanınız hanginizdi?"*** diye sordu. Arkadaşlarım beni gösterdiler. Resûlullah (asm) beni yanına çağırdı ve ezan okumamı istedi. Bu esnada Hz. Peygamber'den ve ezandan hiç hoşlanmadığım halde çaresiz kalkıp onun önünde ezan okudum. Ben ezanı bitirdiğim zaman bana bir miktar para ikram etti. Daha sonra da alnımı öpüp sırtımı sıvazladı. Bunun üzerine ben de ***"Ey Allah'ın Elçisi! Mekke'de ezan okumama izin verir misin?"*** dedim. O da tereddütsüz bir şekilde izin verdiğini beyan etti. İşte o anda Resûlullah'a (asm) karşı duyduğum hoşnutsuzluktan bende en küçük bir iz kalmamış, gönlüm ona karşı sevgi ile dolmuştu. Mekke'ye geldim ve Onun emriyle müezzinlik yapmaya başladım." (İbn Mâce, Ezan: 2; Müsned, III, 409.)

...

Bir gün bir genç Peygamberimize (asm) geldi geldi, ***"Ya Rasûlallah! Bana zina konusunda izin ver"*** dedi. Bunun üzerine Peygamberimiz (asm), oradakilerin tepkisine rağmen ona kızmadı, sükûnet içinde ***"yaklaş"*** dedi, yanına oturttu ve ardından bunun kendi annesine yapılmasından hoşlanıp hoşlanmayacağını sordu. Gençten hayır cevabını alınca da ***"İnsanlar da bunu anneleri için istemezler. Peki sen kızın için bunu kabul eder misin?"*** diye tekrar sordu. Yine hayır cevabını alınca elini gencin omzuna koyup, ***"Yâ Rab! Bu gencin günahlarını affet, kalbini pak et, namusunu muhafaza et"*** diye dua etti. Gerçekten de bu genç o günden sonra hiçbir olumsuz davranış içinde olmadı.

Allah Resulü aleyhissalatü vesselam ayrıca ***"Allah'ın en çok beğendiği genç, gayr-i meşru şehvet peşinde koşmayan gençtir"*** sözüyle de başka gençleri bu tür davranışlara yönelmekten sakındırmıştır. (Müsned, IV, 151)

...

Muâviye ibni Hakem es-Sülemî (ra) şöyle anlatır:

Resûlullah'ın (asm) arkasında namaz kılarken cemaatten biri aksırdı. Ben de hemen "yerhamukellah" dedim. Cemaat bana bakmaya başladı. Bunun üzerine:

"Vay başıma gelenler! Yâhu bana niye öyle bakıyorsunuz?" deyince de, ellerini dizlerine vurdular. Onların beni susturmaya çalıştıklarını görünce kızdım; ama yine de sustum.

Anam-babam Resûl-i Ekrem'e fedâ olsun. Ne ondan önce, ne de ondan sonra kendisinden daha güzel bir öğretici görmedim. Vallâhi beni ne azarladı, ne dövdü, ne de sövdü. Namazı kıldırıp bitirince bana şunları söyledi:

"Bu ibadetin adı namazdır. Namaz kılarken dünya kelâmı konuşulmaz. Çünkü namaz tesbih, tekbir ve Kur'ân okumaktan ibarettir." Yahut buna benzer bir şey söyledi. Ben de:

"Yâ Rasûlallah! Ben yeni Müslüman oldum. Allah Teâlâ İslâmiyet'i gönderdiği halde hâlâ kâhinlere gidenlerimiz var!" dedim. Bana:

"Sen kâhinlere gitme!" buyurdu. Ben tekrar:

"Aramızda uğursuzluğa inanan adamlar var" deyince de:

"Bu onların gönüllerinde hissettikleri bir duygudur. Bu duygu onları işlerinden alıkoymasın" buyurdu. (Müslim, Mesâcid, 33)

...

Allah Resûlü aleyhissalatü vesselamın çevresinde yetişen üvey oğlu Ömer bin Ebî Seleme şöyle der:

"Ben Resûlullah'ın (asm) himâyesinde ve gözetiminde yetişen bir çocuktum. Yemek yerken elim tabağın her tarafında dolaşırdı. Allah Resûlü (asm) tatlı bir dille bana:

"Yavrum, besmele çek, sağ elinle ve hep önünden ye!" buyurdu. Bundan sonra yemeklerimi hep Allah Resûlü'nün ifade buyurduğu şekilde yedim." (Buhârî, Et'ime, 2)

Bu olayda Allah Resulü'nün (asm) tavsiyelerinin çok kısa, özet ve açık olduğunu görüyoruz. Böyle cümlelerin ezberlenip anlaşılması kolay olur. Nitekim Resûlullah'ın (asm) bu sözleri, evlatlığı Ömer'e tesir etmiş ve hayatı boyunca hiç aklından çıkmamıştır. Çünkü o: ***"Bundan sonra yemek yiyiş tarzım hep böyle oldu"*** demektedir.

...

Abbad b. Şurahbil (ra) anlatıyor:

Amcalarımla birlikte Medine'ye geldim. Bahçelerin birine girdim ve başaklarından bir kısmını ovmaya başladım. O esnada bahçenin sahibi geldi, elbisemi aldı ve beni dövdü. Bunun üzerine Resûlullah'a (asm) gelip şikâyetçi oldum. Bahçe sahibine birkaç kişi gönderdi. Onu alıp getirdiler.

"Niçin böyle yaptın?" diye sordu. O zât:

"Yâ Rasûlallah, bahçeme girdi, başaklarından aldı ve onları ovaladı" dedi. Bunun üzerine Resûlullah (asm):

"Cahil iken öğretmedin, aç iken doyurmadın! Elbisesini ona geri ver!" buyurdu. Sonra da bana bir veya yarım vesk (yiyecek) verilmesini emretti. (Nesâî, Âdâbu'l-Kudât, 21; Ebû Dâvûd, Cihâd, 85)

...

Enes b. Mâlik (ra) şöyle nakleder:

Mescidde Resûlullah (asm) ile beraberken bir bedevi geldi ve mescidin içine idrarını yapmaya başladı. Ashab-ı kiram "yapma, etme" diyerek adamı bu işten vazgeçirmeye çalışırken Resûlullah (asm):

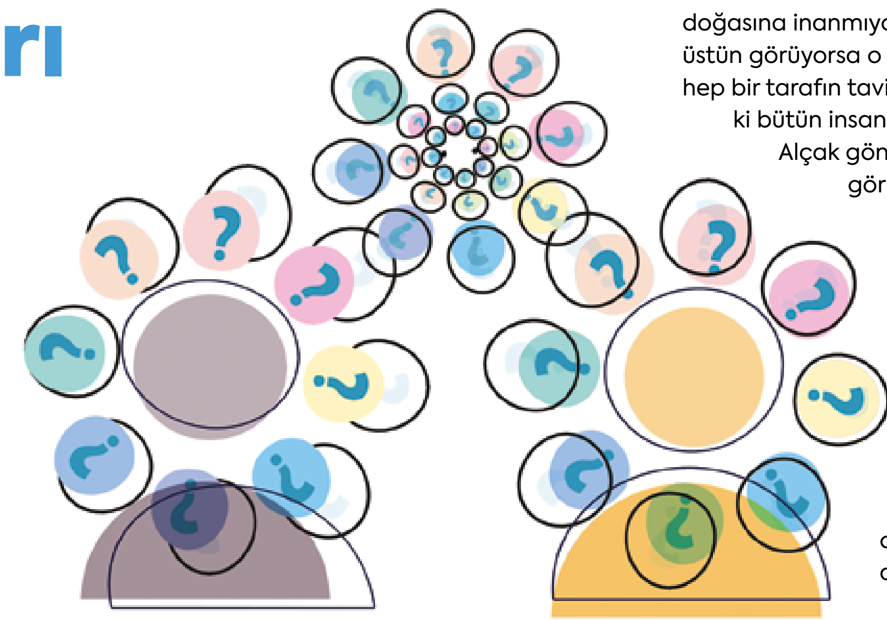
"Ona dokunmayınız, işini bitirinceye kadar serbest bırakınız" buyurdu. Ashâb-ı kiram da bedevîyi kendi hâline bıraktılar. Bedevî ihtiyacını giderince Allah Resûlü (asm) onu yanına çağırıp şu nasihatte bulundu:

"Bu mescitlerde bevletmek ve büyük abdest bozmak uygun değildir. Bu mekânlar Allah Teâlâ'yı zikretmek, namaz kılmak ve Kur'ân okumak için yapılmıştır." Veya buna benzer şeyler söyledi. Sonra oradakilerden birine emretti, o da bir kova su getirip kirlenen yere döktü. (Müslim, Tahâret, 100) ❖

İletişimde Mesajların Yanlış Algılanması

Algı Hataları

PROF. DR. NEVZAT TARHAN



Her insanın içinde kötü bir parça vardır. 'Nefs' veya 'İd' denilen bu parça özgür, sınırsız, sorumsuz ve doyumsuz olmak ister. Bu parçayı yok sayan "Hümanizm" akımı insancılık yaparak adaleti bozdu ve Hedonizmi doğurdu.

İçimizdeki kötücül duyguların farkına varmayan hümanist akımlar, hümanisite ile karıştırıldı. İnsana saygı farklı insancılık farklı idi. Duvarları yık, zincirleri kır, istediğini yap diyen hazcı felsefe bize çok bedel ödetecek. İstediğini yapan istemediğini duymaya hazır olmalıydı. Yalnızlık, şiddet, boşanma ve intihar artışına bu gözle bakalım. İçindeki kötücül eğilimleri görmeyenler olayları çarpıtmaya çok yaklaşırlar.

Çatışmaların en büyük sebeplerinden biri mesajların doğru algılanmamasıdır. Bunun sebebi de algı çarpıtmalarının olmasıdır.

Mesela kişi bir konuyu konuşurken kusurlu algı olduğunda, karşı tarafın kendisi hakkında yalancı dediğini düşünür. Alınganlık gösterir. Kusurlu algıda kişi kendisiyle alay edildiğini sanır. Kişi algıyı kusurlu alınca sinirlenmek, bağırmak, küsmek gibi otomatik tepki verir.

Mesela birisi yolda giderken arkadaşıyla karşılaşır, "bana selam vermedi, görmezlikten geldi, beni aşağıladı" gibi otomatik tepkisi olur. Olay araştırıldığında karşı tarafın görmediği, belki dalgın olduğu ortaya çıktığında otomatik tepkinin yanlış olduğu anlaşılır.

İnsan duygu boyutuyla tepki verir. O olayı analiz edip, daha sonra o kişiyle karşılaştığında "Geçen gün seni gördüm, hayrola selam vermedin?" diye sorduğunda "Dalgındım, farkında değilim" şeklinde cevap alırsa kusurlu algı düzelir. Böylece iletişim de kurulmuş olur.

Bu durum toplumsal olaylarda da geçerlidir. Mesela zenciler kötüdür algısı olan toplumda otomatik tepkiler, aynı otobüse binmeme, aynı restoranda yemek yememe, onlarla evlenmemedir. Bu tepkilerin düzelmesi için kişinin düşüncelerinin anlaşılması gerekir. Zarar verme veya kötülük yapma niyetinin olup olmadığı gibi konular araştırılır, olmadığı görüldüğünde kusurlu algı düzelir ve sağlıklı davranış ortaya çıkar.

Toplumumuzda algı çarpıklığı laikler ve dindarlar arasında da yaşanmaktadır. Bir örneğe baktığımızda, araba kullanan başörtülü birine başı açık bir kadın arabanın camını açıp "Cehenneme ben gitmeyeceğim, sen gideceksin" diyerek hakaret ettiğini görürüz. Bu davranışta da kusurlu algı vardır. Hâlbuki onun yerine "Ben yaşayamıyorum, o yaşıyor" diyebilse sorun yaşanmaz. Fakat egosunu üstün gördüğü için dini, egosuna göre değiştirmeye çalışmaktadır. Kendini cennetlik, karşı tarafı cehennemlik olarak görür. Bu olay eşitler ilişkisi değil, üstün-zayıf ilişkisidir. Bu durumda empati gerçekleşmez. Empatinin olması için eşitler ilişkisi olması gerekir.

Mesela bir evlilikte koca, kadın-erkek doğasına inanmıyorsa, kendini kadından üstün görüyorsa o evlilikte eşitler ilişkisi olmaz, hep bir tarafın taviz vermesi gerekir. Halbuki bütün insanlar eşit haklara sahiptir. Alçak gönüllü olmak, kendini değersiz görmek değil, eşit görmektir. Kişinin kendisinin ve karşısındakinin hem artılarının hem de eksilerinin olduğunun farkına varması empatiyi başardığını gösterir. Eşitler ilişkisinde kişi haklıysa karşı tarafa haklılığını anlatır, haksızsa kusurunu öğrenir. Fakat eşitler ilişkisi olmazsa kendini iyi bir şeyler almaya kapatır.

Kültür, Kişinin Algıyı Biçimlendiriyor

Bunun aşılması ancak adaletin kültür içinde birinci erdem olmasıyla mümkündür. Aynı kültüre mensup kişilerde aidiyet hissi oluşur. O kültürün sembolleriyle özdeşleşir. Bu durum da insanın mutluluğuna ve istikrarlı toplum hayatına katkı sağlar.

Baskın kültürün sabiteleri vardır ve o sabiteler üstün olarak kabul edilir. Dünyada Hollywood kültürü baskın kültürdür. Popüler kültür olarak bütün dünyada sinema, televizyon, gazete gibi medya yoluyla propagandası yapılmaktadır. Arkasında ekonomik ve propaganda gücü olan bu kültür kendine benzetmek için yeme zevkini, kıyafet zevkini değiştirmeye çalışır. Böylece daha fazla ürün satacak ve dünya ekonomisini elinde tutacaktır.

Kültür, psikolojik savaş gibi siyasi ve ekonomik olarak kullanılır. Üstün kültür, eşit olmayan oyun alanları oluşturur. Futbolu ortaya çıkartır, bir oyun alanı açar. Çizgi film çıkartır, başka bir oyun alanı açar. Bunun gibi vasıtalarla bütün dünyanın kültürel eğlence standartlarını belirler. Bunların hepsi baskın kültürün üstünlükleridir ve bu da adil bir rekabet doğurmaz.

Baskın Kültür Kendi Hayat Tarzını Diretiyor

İnsanı zorla değiştirmenin yanı sıra överek değiştirmek de vardır. Överek değiştirmede, zevk tuzakları oluşturup, insanları kendi savaş alanlarına çekip o tuzaklara düşürerek zevke alıştırmak söz konusudur. Baskın kültür, kültürünü kabul ettirebilmek için kendi kültürel ödül-ceza sistemini oluşturur. Ödül sisteminde nasıl ünlü ve zengin olacağının şeklini anlatır. Başarılı olmak için kapitalist olunması gerektiğinin empozesini yapar. İnsanların hedeflerini değiştirir.

İnsan hayatında hedefin ne olduğu çok önemlidir. Hayat serüveninde ilerlerken iyi bir insan mı yoksa başarılı olmak mı doğru hedeftir?

Hedef, iyi bir insan olmaksa, başarılı olmak veya olmamak bu yolda ilerlerken ara hedeflerden biri olur. İnsanın vardığı değil, hedeflediği nokta önemlidir. Sosyal adaletin sağlanması ve kültürler arasında adil rekabetin olması için bu hedefin verilmesi gerekir. Adil rekabet ve alternatif yaşam biçimlerine karşı özgür olunmasına, serbest fikir piyasası, serbest kültür piyasası denir. Her kültürün kültürel çeşitliliğini sunabilmesi için demokratik çoğulculuk olması gerekir. Her kültürel tercih saygıdeğer ve özeldir. Biri diğerinden üstün değildir.

Avustralya'daki Aborjinler, Amerika'daki Moon Tarikatı gibi gruplar teknolojiyi ve medeniyetin bazı gereklerini reddediyorlar. Bu kültürleri zorla değiştirmeye veya yok etmeye gerek kalmadan zaman içinde yok olacaklardır. Taliban tarzı gruplar modern fen bilimlerini öğrenmiyorlar. Elektriği kullanma gibi çağın temel ihtiyaçlarını ve teknolojiyi reddettikleri için geriye sadece kendi kültürleriyle dini birleştiren ve şiddetle sonuç almaya dayanan bir yol kalıyor. Böylece İslam dinindeki cihad gibi bazı kavramlar da Avrupalılar tarafından yanlış tanımlanıyor. Bu sebepten dolayı maalesef Kuran-ı Kerim'in şiddeti onayladığı ve İslam coğrafyasında şiddetin yöntem olarak benimsendiği önyargısı mevcuttur...❖



Bitkilerde Merhamet

PROF. DR. FATİH SATIL

Sevgi ve merhamet sadece insanlar için var olan bir duygu değildir. Öyle ki bazı hayvanlar sevmeyi birçok insandan çok daha iyi bilir. En yırtıcı hayvanın bile yavrularına karşı merhametli davranışları, bu şefkat duygusunun varlığını göstermektedir.

Peki ya bitkilerde merhamet var mı? Bildiğimiz manada ruhu olmayan bitkilerde gerçekten bir merhamet duygusu olabilir mi?

Bunun için öncelikle bakış açımızı biraz değiştirmemiz gerekecek. Gözümüz önündeki tüm varlıklar gibi bitkiler de okunmayı bekleyen muhteşem birer kitaptırlar. Bu açıdan bitkilere bakacak olursak, sanki konuşan birer kitap gibi kendi dilleri ile bizlere bir şeyler söylerler. Ama tüm bunları görüp duyabilmek için kalp gözümüzün ve gönül kulağımızın açık olması gerekir.

Hz. Mevlânâ bir rubaisinde bahar mevsimini ve oradaki bitkiler âlemini nasıl seyretmemiz gerektiği konusunda ipuçları veriyor:

"Kırlara çıkınız, bağa gelmiş ve yeşil giyinmiş tabiatı seyrediniz. Her köşede bir çiçekçi dükkân açmış gibi, Allah'ın sanatını seyrediniz. Güller, gülerek bülbüllere diyorlar ki: "Susunuz ve susarak seyrediniz."

...

Şimdi gelelim bitkilerdeki merhamet mevzuuna.

Buna verilebilecek en güzel örnek, incir ağacıdır. İncir ağacı, kendi çamur ile beslenir, fakat yavrusu olan meyvelerine halis süt verir. Bu açıdan baktığımızda incir ağacında bir merhamet sırrı yok mudur sizce de? Aynen incir gibi, tüm meyveli ağaçların kökleri ile çamurlu suyu içip meyvelerine tatlı gıdalar ulaştırmasında da bir nevi merhamet görülmektedir.

Aynı şekilde, her baharda tüm ağaçlar ve meyveli bitkiler, adeta en güzel elbiselerini giyinip, süslenip ve en güzel kokularını sürüp, elleri olan dalları ile her çeşit meyveleri bizlere ikram etmiyorlar mı? Adeta bizlere merhamet edip ihtiyaçlarımıza ve damak tadımıza uygun olarak, elleri olan zarif dallarını uzatıp 'Haydi alınız, yiyiniz' demiyorlar mı?..

İşte, her mevsim bir vagon gibi, yüzbinlerce çeşit gıda ve erzak, ihtiyaç duyduğumuz zamanda, bitki ve ağaçların elleriyle bizlere gönderiliyor. Neye ne zaman ihtiyacımız varsa tam da vaktinde gönderiliyor! Kışın C vitamini deposu portakal ve limonlar, yazın bol sulu kavun ve karpuzlar gibi...

...

Aslında şunu net olarak biliyoruz ki, bitkilerin ne biz insanları düşünecek bir akılları ne de bize merhamet edecek duyguları vardır. Merhametleri olmadığı halde merhamet eserleri görülmesi ise onların merhamete 'ayna' olmalarındandır. Yani bitkiler duygusuz oldukları halde üzerlerinde görünen merhamet yansımalarının kaynağı başkadır. İşte bitkilerdeki ve tüm varlıklardaki bu merhametli davranışların kaynağı, merhametlilerin en merhametlisi olan Allah'ın isimleridir.❖







Bir Hadis

Manevi Terapi

İBRAHİM YARDIM

Kütüb-ü Sitte'nin müelliflerinden İbn-i Mace, Sünen'inde Ebu Said el-Hudri'den rivayet ettiği bir hadisinde Allah Resulü (sav) şöyle buyurmuştur:

"Hastanın yanına girdiğiniz zaman onu ölüm hakkında nefeslendirin. Bu, hiçbir şeyi geri çevirmez. Ancak hastanın gönlünü hoş eder."

Hadiste geçen ***"hastayı ölüm hakkında nefeslendirin"*** ifadesinden hastaya, inşaallah ***"ömrünün uzun olacağı umudunu verin"*** manası anlaşılmaktadır.

Hastalar Risalesi'nde geçen şu cümle de yukarıdaki hadisi şerifteki manaya kuvvet verir: ***"Ümitsiz bir hastaya manevi bir teselli, bazen bin ilaçtan daha fazla fayda verir."***

Kısacası hastanın iyileşmesi sürecinde, maddi tedavi yolları ne kadar önemli ve etkili ise o kadar belki daha fazla olarak teselli, nasihat ve dua gibi manevi tedavi yollarının etkisi ve önemi vardır.

Ayrıca ***"Hastalarınızı sadaka ile tedavi ediniz"*** hadis-i şerifi de manevi tedavi yollarına işaret eder. Rabbimiz hastalarımıza şifalar, dertlilerimize devalar ihsan etsin. ❖

Kaynak:

İbn-i Kayyım el-Cevzi, Tıbbu'n-Nebevi, sayfa: 111-112, Kahraman Yayınları, 2014, İstanbul.



Ahiret Yolculuğundaki Duraklarımız

PROF. DR. NİYAZİ BEKİ



Kur'an'ın verdiği derslerde Allah'a imandan sonra her zaman ahirete iman hususu zikredilir. Bu gösteriyor ki, Allah'a ve ahirete iman dünya ve ahiret hayatının altın iki anahtarıdır. İnsanın fıtratında vicdanına damgasını vuran en çok ihtiyaç duyulan iki nokta vardır:

Birincisi: Nokta-i istinat, yani bir dayanak noktası. Her açıdan çok âciz, güçsüz bir yapıya sahip olan insanın—küçük bir mikroptan kuyruklu yıldızlara, ta hayat ölüm kavgasına kadar—hadsiz düşmanlarına karşı, bu düşmanlarını alt edecek sonsuz kudret sahibi bir Allah'a iman etmesi kadar bir huzur kaynağı olamaz.

İkincisi: Nokta-i istimdat, yani bir yardım noktası. İnsanoğlu âciz olduğu kadar fakirdir de. İhtiyaçları hayalinin uzandığı yere kadar kendini gösterirken, onları tedarik etmek için elinden hiçbir şey gelmiyor. Buradaki zararlarını telafi etmek, mutsuzluğunu mutluluğa çevirmek, ümitsizliğini ümide çevirmek için ahirete iman gibi bir desteğe ihtiyacı vardır. İşte Allah'a ve ahirete iman etmek başka yönlerden olduğu gibi pozitif psikoloji açısından da hayata hayat katan, cana can veren mutluluğa mutluluk katan alternatifi olmayan tartışmasız bir servettir.

Bediüzzaman'ın belirttiği üzere, uzun bir yola koyulmuş olan insanın yapmakta olduğu bu yolculuk, *"âlem-i ervahtan, rahm-ı maderden (anne rahminden), sabavetten (çocukluktan), ihtiyarlıktan, dünyadan, kabirden, berzahtan, haşirden, Sırat'tan geçer bir uzun sefer-i imtihandır. Ve (bu yolculuğu kolaylaştıran) iki tılsım ise, Cenab-ı Hakk'a iman ve âhirete imandır."* (Sözler, 31)

Biz de bu yazımızda ahirete iman çerçevesinde dünyadan sonra uğrayacağımız menzilleri açıklamaya çalışacağız.

1) ÖLÜMDEN SONRA İLK DURAK KABİR

Şahsi bir kıyamet olan ferdî ölümle ahiret hayatına doğru yol alan kimsenin ilk durağı kabir ve berzah âlemidir. Ülkeden ülkeye seyahat edenlerin pasaportları kontrol edildiği gibi, dünya ülkesinden ahiret ülkesine seyahat edenlerin de (iman) pasaportları kontrol edilir. Bu kontrol yolcunun kimliği, mensup olduğu topluluğun belirlenmesi, cezaî müeyyidenin uygulanmasını gerektiren bir suçunun olup olmadığının tespitine yöneliktir. Yapılan kontrol ve soruşturmada eksiği olmayanlar herhangi bir cezaî muameleye tabi tutulmadıkları gibi, dürüst bir kişiliğe sahip oldukları için ayrıca ödüllendirilirler.

"Gün gelecek, takvâ sahiplerini (Allah'a karşı saygılı olan kimseleri) seçkin konuklar olarak Rahman'ın huzurunda toplayacağız. Günahkârları da suya götürülen sürü gibi cehenneme süreceğiz." (Meryem, 19/85-86) mealindeki ayetlerde bu iki farklı yolcu grubuna işaret edilmiştir.

Kabirde Sorgulama Konusu

Kabirdeki sorgulamaya işaret eden birçok ayet ve hadis vardır. **Birkaç Ayet:** *"Nuh kavminin suda boğulmasının ardından ateşe atıldığını..."* (Nûh 71/25)

"Münafıkların iki defa azap gördükten sonra büyük bir azaba mâruz bırakılacağını..." (et-Tevbe, 9/101)

"Kâfir ve münafık olanlara cehennemdeki büyük azaptan önce yakın bir azabın tattırılacağını..." (es-Secde, 32/21; et-Tûr, 52/47) belirten ayetler kabir azabına işaret ederler.

Hadislerde şöyle belirtilir:

"Resûlullah (sav) kabirde azap gören bazı kimselerin sesini işitmiş" (Müsned, 3/ 103-104; Müslim, Cennet, 67-69), *"kabir azabından Allah'a sığınmış ve ashaba da Allah'a sığınmalarını söylemiştir"* (Müsned, 3/296; Müslim, Cennet, 67)

"Gıybet ve koğuculuk yapmak" (Müsned, I, 225; Buhârî, Cenâiz, 88, Vudu, 57), *"ölüye ağıtlar yakarak ağlamak"* (Buhârî, Cenâiz, 33; Müslim, Cenâiz, 16-28), *"borçlu olarak ölmek"* (İbn Mâce, Sadakat, 12), *"yalan söylemek, zina etmek, faiz yemek, içki içmek"* (Buhârî, Cenâiz, 92; Tabîrü'r-rüyâ, 48) gibi fiillerin kabir azabına sebep olduğu hadislerde bildirilmiştir.

Hadislerde, *"kabrin sıkması"* (Tirmizî, Cenâiz, 70), *"kişiye sabah akşam cehennemdeki yerinin gösterilmesi"* (Buhârî, Cenâiz, 88; Müslim, Cennet, 65-66) gibi azap şekillerinin bulunduğu da haber verilmiştir.

Ölüm Yokluk Değildir

İman eden ve güzel işler yapanlar için kabir, daha güzel bir âlemin kapısıdır. Nasıl ki, toprak altına giren bir çekirdek, görünüşte ölüyor, çürüyor. Fakat gerçekte daha güzel bir hayata, çekirdek hayatından ağaçlık hayatına geçiyor. Aynen bunun gibi, bir mümin öldüğünde görünüşte toprağa giriyor, ama gerçekte berzah ve kabir âleminde daha mükemmel bir hayata kavuşuyor. *"Biz sizi topraktan yarattık; sonra ona döndürür, sonra bir kere daha ondan çıkarırız"* (Taha, 20/55) mealindeki ayette bu gerçeğe işaret edilmiştir.

Beden ile ruh, ampul ile elektrik gibidir. Ampul kırılınca elektrik yok olmuyor. Aynen bunun gibi, insan ölmekle ruh var olmaya devam ediyor. Cenab-ı Allah ruhun berzah âleminde yaşamını devam ettiriyor. Bu sebeple Peygamberimiz (s.a.v), *"Kabir ya cennet bahçelerinden bir bahçe, ya da cehennem çukurlarından bir çukurdur"* (bk. Tirmizî, Kıyamet, 26) buyurarak, kabir hayatının varlığını ve nasıl olacağını bize haber veriyor.

2) MAHŞER MEYDANI

Bilindiği üzere, kıyamet saati esnasında iki defa 'sur'a üflenir. Birincisinde kıyamet kopar. İkinci kez sura üflendiğinde ise, insanlar kabirlerinden kalkar ve mahşer meydanına doğru yola düşerler. *"Sura üflenir; Allah'ın diledikleri dışında, göklerde ve yerde kim varsa çarpılıp cansız yere düşer. Sonra ona bir daha üflenir: Bir de bakarsın bütün insanlar, kabirlerinden ayağa kalkmış, etrafa bakınıp duruyorlar!"* (Zümer, 39/68) mealindeki ayette bu gerçeklerin altı çizilmiştir.

İnsanlar mahşer meydanına vardıklarında orada 50 bin senelik oldukça uzun bir müddet beklerler. Beklemenin çok uzun olması, çok sıcak bir ortamda insanların susuz kalması, önlerinde kesin olan bir hesabın görülecek olması ve Allah tarafından—dünyada yaptıkları—bütün ameller için bir karşılığın verileceğini anlamaları sebebiyle çok sıkıntılı ve pek üzüntülü bir halet-i ruhiye ile beklemek zorunda kalırlar.

Kur'an'da yer alan *"bin"* (Secde, 32/5) *"ve elli bin"* (Maaric, 70/4) senelik ifadelerden mahşerdeki sürece de işaretler çıkarılmıştır. Örneğin, Buhari şarihlerinden el-Aynî de elli

bin senelik günün, kıyamet günü olduğunu belirtmiştir. (bk. el-Aynî, 4/50)

"İnsanların Rabbülâlemin'in divanında duracakları gün, elli bin senelik bir zaman diliminin yarım gününü oluşturur. Ancak mümin kimseler için, güneşin zeval vaktinden battığı zaman arası bir miktar kadar kolay olur." (bk. İbn Hacer, 11/394)

Bediüzzaman Hazretlerinin—söz konusu ayet ve hadisler doğrultusunda—yaptığı açıklamadaki görüşünü ise şu ifadesinden öğrenebiliyoruz: ***"...O seyahat ise kabre, haşre, ebede gidecek beşer yolculuğudur. Amele göre, takva kuvvetine göre, o uzun yolu mütefavit (farklı) derecede kat'ederler. Bir kısım ehl-i takva, berk (şimşek) gibi bin senelik yolu, bir günde keser. Bir kısmı da hayal gibi, elli bin senelik bir mesafeyi bir günde kat'eder. Kur'an-ı Azîmüşşan, şu hakikate iki âyetiyle işaret eder..."*** (Sözler, Dördüncü Söz) Bediüzzaman'ın işaret ettiği iki ayet: Secde, 32/5 ve Maaric, 70/4'tür.

3) HAVUZUN KURULMASI

Uzun bir bekleyişten sonra insanların çok perişan bir vaziyette olduğu bir esnada, Yüce Allah'ın emriyle, elçisi Hz. Muhammed (sav) için yüksek bir yere daha önce söz verilen bir havuz kurulur. Hayatı boyunca sünnet-i seniyyesine bir tahrif, bidat ve değişiklik bulaştırmadan Hz. Peygamberin (sav) gösterdiği hak yoldan sapmadan yürüyenler, havuzun başına davet edilir ve kana kana su içerler.

Bu havuzun Kevser suresinde geçen su kaynağı olduğuna dair oldukça fazla sahih rivayetler vardır. Beyhakî, başta Buhari ve Müslim olmak üzere bununla ilgili birçok rivayetleri zikretmiştir. (bk. el-Ba'su ve'n-Nüşur, 1/118-186)

Kadı İyaz ise şunları söylemiştir: ***"Havuzla ilgili hadisler, sahihtir, mütevatirdir, ona iman etmek farzdır, onu tasdik etmek imanın gereğidir, ehl-i sünnet ve'l-cemaate göre, hadislerde vasıfları geldiği gibi kabul etmek, tevile gitmemek esastır."*** (bk. Nevevi, Şerhu Müslim, 15/53)

Daha sonra her peygambere, kendisine mahsus olan bir havuz kurulur ve ümmetinin salihleri oradan istedikleri kadar su içerler.

4) ŞEFAAT-I UZMÂ/UMUMİ BÜYÜK ŞEFAAT

İnsanlar oldukça uzun bir süre mahşer meydanında çektikleri sıkıntılar, üzüntüler, korkulardan kurtulmak için bir an önce Mahkeme-i Kübra'da hesaplarının görülmesini isterler. Bu konuda kendilerine öncülük edecek ve Allah'ın huzurunda şefaat edecek bir peygambere müracaat etmek isterler. Önce insanların ilk babası ve ilk peygamber Hz. Âdem'e (as) giderler. Hadiste detaylı zikredilen bu konunun özeti şöyledir: ***Hz. Âdem bu konuda yetkili olmadığını bildirir. Sonra sırasıyla Hz. Nuh'a (as), Hz. İbrahim'e (as), Hz. Musa'ya (as) ve Hz. İsa'ya (as) giderler. Onların hepsi de bu konuda yetkili olmadıklarını ifade ederler. (bk. Buhari, 4712) İnsanlar nihayet, Hz. Muhammed'e (sav) müracaat ederler ve çekmekte oldukları sıkıntılarını dillendirip bir an önce hesaba çekilmeleri için Allah'ın huzurunda şefaatçi olmasını istirham ederler. Hz. Muhammed (sav) "Bu işi ben yaparım/bu konuda yetkili kılındım" der ve Arşın yanında secdeye kapanır. Allah'ın kendisine ilham ettiği övgüleri, hamd-u senaları ettikten sonra, ona "Artık secdeden başını kaldır, ne dilersen dile dileklerin kabul edilir, istediğin husus-ta şefaat et, şefaatin makbul olur" denilir. Böylece bir an önce hesaba çekilmeleri için bütün insanlara, umuma yönelik şefaat-ı uzma denilen büyük şefaat tahakkuk etmiş olur.*** (bk. Buhari, a.g.y)

5) AMELLERİN ARZI

Hz. Muhammed'in (sav) bütün insanlara yönelik yaptığı bu büyük şefaatten sonra, mahkeme kapısı açılır ve hesaplar görülmeye başlar. Hesapların görülmesi, elbette dünyada yapılan amellerin görülmesi anlamına gelir. Amellerin arz edilmesi ve şeffaf bir surette adalet ölçülerinden geçirilmesinin ardından iyi ile kötü amellerin—kemiyetten ziyade keyfiyet bakımından—çokluğu nispetinde değerlendirilmesi söz konusudur.

6) HESAPLARIN GÖRÜLMESİ

Amellerin arzından sonra, onların değerlendirilmesi, hesabın görülmesi manasına gelir. Deyiş yerindeyse, amellerin arzında durum tespiti, hesapların görülmesinde ise durum değerlendirilmesi yapılır.

Bununla beraber, Kur'an'da kullanılan "Hisab" kavramı iki manaya gelir. Birincisi, arz etmek, kişinin durumunu kendisine bildirmek. Diğeri ise, gerçek manadaki hesaba çekmek, sorgulamak anlamına gelir. Nitekim Hz. Aişe bu hususu şöyle açıklamıştır: ***"Resulullah (asm): 'Kıyamet günü kim hesaba çekilirse azap görür' diye buyurdu. Ben: 'Allah 'Hesap defteri sağ eline verilen kimsenin hesabı kolayca görülür' buyurmuyor mu?' dedim. 'Hayır' dedi 'O arzdır (yaptıklarını ona arz etmek, hatırlatmak, bildirmektir), kıyamet günü kim hesaba çekilirse azap görür' diye buyurdu."*** (Buharî, Rikak, 49; Müslim, Cennet, 79; h. No: 2876)

7) MAHKEME DOSYALARININ AÇILMASI

Amellerin arz edilmesiyle birlikte ilgili konularda—varsa—itirazlar ve mazeretlere yönelik olarak yapılan konuşmalar esnasında hak ve hakikati desteklemek amacıyla amellerin yazıldığı sayfalar herkesin gözü önünde açılıp ortaya konulur. Amel defterlerinin havada uçtuğu (Tekvir, 81/10) hesabın bu ilk celsesinde, bazılarının kitabı sağından, bazılarının solundan verilir ve bu veriliş biçimi sanıkların durumunu belirten bir kıstas olmakla beraber, yine de muhtevasındaki gerekçeleri görmek için herkes kitabını okumaya başlar. Bundan sonra ikinci celseye geçilir.

8) AMEL DEFTERLERİNİN OKUNMASI

Mahkemenin bu ikinci celsesinde, sahipleri tarafından okunmuş olan kitabın gösterdikleri doğrultusunda bir değerlendirme daha yapılacak, daha önce sunulan mazeretlerin yersiz olduğuna dair verilen karar, ilgili kitapta yazılı olan gerçeklerle nasıl örtüştüğü hususu pekiştirilecektir. ***"Defterini/kitabını oku. Bugün hesap görücü olarak kendi işini görmeye kendin yetersin!"*** (İsra, 17/14) mealindeki ayette bu gerçeğe işaret edilmiştir.

9) MİZANIN/TARTININ KONULMASI

Hayat kitaplarının sahipleri tarafından okunmasından sonra, yazılı olan dosyaların metni ile (mahiyeti bizce meçhul olan) tartıda ortaya çıkan sonuçların karşılaştırılması yapılır. Yani dünyada yapılan işlerin karşılıkları verilir.

"O zaman kimlerin tartıları ağır gelirse, işte bunlar kurtuluşa ermiş olacaklar. Tartıları hafif gelenler ise, kendilerine zarar vermiş olanlardır. Onlar cehennemde ebedî kalacaklar" (Müminun, 23/102-103) mealindeki ayet ve benzeri ayetlerde tartıdan söz edilmiş, iyilikleri ağır gelenlerin cennete giden müminler olduğuna, kötülükleri ağır gelenlerin ise cehenneme giden kâfirler olduğuna işaret edilmiştir.

10) İNSANLARIN BÖLÜK BÖLÜK AYRILMALARI

Mizandan sonra insanlar, yaptıkları amellerinin karşılığını görmek için farklı gruplara ayrılırlar. Yani ceza veya mükâfat bakımından benzer ortak paydaya sahip olanların belli bir kategoride yer almalarıdır. Allah'ın kudreti her şeyin üstesinden gelmekle ve Daru'l-Kudret olan ahiretteki muamelelerin kudrete göre yapılması esas olmakla beraber, hesapların adaletten zerre kadar bile sapmadığını, her şeyin çok ince elekten geçirildiğini, hiç kimseye bir kıl kadar haksızlık edilmediğini göstermek adına bu ince, titiz aşamalara yer verilmiştir. Her ümmet kendi peygamberinin sancağı altında—farklı ve benzer gruplar halinde—toplanırlar. İnsanların salihleri benzer yönleriyle ***"Asfiya, Evliya, Sıddıklar, Şehitler,***



Salihler" şeklinde gruplara ayrıldıkları gibi, *"Kâfirler, Zalimler, Münafıklar, Fasıklar"* da kendi aralarında benzer gruplara ayrılırlar.

"Kim Allah'a ve peygambere itaat ederse işte onlar, Allah'ın kendilerine lütuflarda bulunduğu peygamberler, sıddıklar, şehidler ve sâlih kişilerle beraberdirler; bunlar ne güzel arkadaşlardır!" (Nisa, 4/69) mealindeki ayet ve benzerlerinde Cennetlik olan farklı gruplara işaret edildiği gibi; ***"(Allah, görevlilere buyurur:) 'Toplayın o zalimleri, onların (aynı grupta olan) yoldaşlarını ve Allah'ın dışında taptıklarını! Hepsini cehennemin yoluna sürün!"*** (Saffat, 37/22-23) mealindeki ayetlerde cehennemlik olanların akıbetine dikkat çekilmiştir.

11) AYDINLIK VE KARANLIK SAHNELERİ

Yukarıda zikredildiği üzere mahkemenin bütün safahatında ince, titiz ve âdil bir süzgeçten geçirilmiş muhasebenin sonunda, ceza veya mükâfat almış insanlardan her bir grup, varması gereken yere doğru yola koyulurlar. Bu iki yoldan birisinde aydınlık, diğerinde karanlık söz konusudur. Aydınlık, varılacak yerin aydınlığına; karanlık, varılacak yerin karanlığına bir işaret mesabesindedir.

"O gün münafık erkekler ve münafık kadınlar (cennete gitmekte olan) müminlere derler ki: 'Bize bakın da sizin nurunuzdan yararlanalım.' Onlara: 'Arkanıza dönün (dünyada yaptıklarınıza bakın) da nur arayın!' denilir. Aralarına kapılı bir sur çekilir ki, onun içinde rahmet vardır, dış tarafında da azab." (Hadid, 57/13) mealindeki ayette yolculuğun bu sona yaklaşan aşamasına, imandan kaynaklanan 'nur/aydınlık' ile küfürden kaynaklanan 'karanlığın' damgasını vurduğuna dikkat çekilmiştir.

12) SIRAT KÖPRÜSÜ

Yolculuğun devam ettiği güzergâhta, zorunlu olarak herkesin geçmesi gereken bir köprü karşılarına çıkar. (Sırat kelimesi köprü manasına gelir. Türkçe'de yerleşmiş olan 'Sırat Köprüsü' ifadesi müsamaha ile karşılanabilir.)

İlk defa Hz. Muhammed (sav) köprüden geçerken, ***"Allah'ım! (Bana ve ümmetime) selamet ver. Allah'ım! (Bana ve ümmetime) selamet ver"*** diye dua eder. Kendisi selametle köprüyü geçtiği gibi, ümmeti de onun ardından köprüyü geçmeye çalışır. Ancak onlardan her biri kendi ameline göre nuru/lambası yanında olduğu halde (hızlı veya ağır şekilde) köprüden geçer. Bu arada müvahhidler (Allah'a şirk koşmayan müminler) arasında da cezayı hak edenler vardır. Onlardan Allah'ın af ettiği kimseler köprüyü geçip cennete giderken, affedilmeyen suçlular ise köprüden aşağıya cehenneme düşerler.

13) CENNETE İLK GİRENLER

Cennete girmeyi hak edenlerin hepsi cennet ehli olmakla beraber, aralarında âdil bir sıralama söz konusudur. Bu sıralamaya göre, ilk sırada Cennete girenler Muhacir ve Ensar'ın fakirleridir. Sonra genel olarak sıra ümmetin fakirlerine aittir. Zenginler ise genel olarak servetlerinin ve diğer insanlarla aralarındaki hakhukukun hesabını vermek üzere cennete biraz daha geç giderler...

Her şeyi en iyi bilen Allah'tır.

...

Ebu Said bildiriyor. ***Resulullah (asm): "Cennetlikler cennete, cehennemlikler de cehenneme girdikten sonra ölüm gri renkli bir koç suretinde getirilip cennet ile cehennem arasında durdurulur. ...Sonrasında verilen emirle bu koç kesilir ve: "Ey cennet ahalisi! Artık ölüm yok, ebedîlik var! Ey cehennem ahalisi! Artık ölüm yok, ebedîlik var!" diye seslenilir."*** (Bir rivayette şu cümle de vardır: ***"Bu durum cennetliklerin sevincine sevinç katarken, cehennemliklerin üzüntüsüne üzüntü katar."***)

Sonrasında Resulullah (asm): ***"Hâlâ gaflet içinde bulunanları ve hâlâ inanmayanları, işin bitmiş olacağı o hasret günü ile uyar."*** (Meryem, 39) ayetini okudu ve eliyle işaret ederek: ***"Dünya ahalisi gaflet içindedir"*** buyurdu. (Buhari, Fethu'l-Bari 8/428 (4730); Müslim, sifatu'l-cenneh 4/2188 (2849)) ❖

(Bu yazının daha ayrıntılı metnine, web sitemizdeki sayfasından ulaşabilirsiniz.)

Mucizevi Bir Ürün:

Propolis

PROF. DR. METİN BÜLBÜL



Mucizevi bir karışım olan Propolis, Arı'nın kovanını zararlılardan ve dış etkilerden korumak ve kovanı sıvamak için çevreden toplayarak hazırladığı bir karışımdır. Bu karışım 180'den fazla farklı bileşenden oluşur ve toplandığı mevsime göre bu bileşenlerin miktarı değişir. Bu bileşenler genellikle reçineler ve bitkisel balsam %50, Arı mumu %30, polen %5, esansiyel ve aromatik yağlar %10 ve ayrıca organik bileşenler olarak bulunur.

Propolis ekstrakları ile yapılan çalışmalar sonucunda Enterococcus, Escherichia coli ve Staphylococcus aureus gibi bakterileri öldürdüğünden, önemli bir antibakteriyal etkiye sahip oldukları bulunmuştur. Ayrıca Aspergillus flavusta gibi aflatoksik mantarları öldürdüğü ve koloniyal büyümeyi azalttığı için mükemmel bir antifungal ve mantar öldürücüdür.

Aynı zamanda Propolis bileşenleri, tümör hücrelerindeki DNA sentezini durdurmakta, tümör hücrelerinin yaşlanmasına (apoptosis) neden olarak iyi bir kanser önleyici ve aynı zamanda beyaz kan hücrelerinin yenilenmesini hızlandırdığından kanserle mücadelede olmazsa olmaz bir ilaçtır.

Ayrıca yapısındaki Flavonoid (renkli) bileşenlerden dolayı iyi bir iltihap dağıtıcı özelliği vardır ve eklem romatizması, gut hastalığı gibi hastalıkların etkisinin azalmasında faydalıdır.

Yine iyi bir karaciğer koruyucu ve iyi bir zayıflama destek ajanıdır.

Propolis aynı zamanda, serbest radikalleri önleme kabiliyeti ile vücut hücrelerinin yaşlanmasının ve parkinson hastalığı, alzheimer, artrit, kanser, diyabet, damar hastalıkları ve karaciğer fonksiyon bozukluklarının önlenmesinde yardımcı bir maddedir.

Propolisin, diğer özelliklerinin yanısıra virüsün hücrelere girişini ve virüslerin üremesini engelleyerek antiviral aktivite gösterdiği ve bu yönüyle nezle, grip ve uçuk türü hastalıklarda önemli olduğu araştırmalarla ispatlanmıştır.

Sonuç olarak; arı gibi bir böceğin eliyle Allah böyle harika nimetleri bizlere hediye etmektedir. Şifayı yaratanın Allah olduğunu bilerek, bu mucizevi ürünleri tedavi için kullanabiliriz. Bunun için de standardize edilmiş propolis eksraktlarından sabah akşam 3-4 damla almanın virüs, bakteri, mantar mücadelemize ve ayrıca kanser ve karaciğer ve diğer rahatsızlıklarımızın tedavisine katkıda bulunacağı bilimsel çalışmalarla ispatlanmış olan Rabbimizin bu hediyesinden istifade edebiliriz...❖

(Bu yazının kaynaklarına, web sitemizdeki sayfasından ulaşabilirsiniz.)



Hayalin İçinden Öyküler

Bir Karakterin Ölümü

HÜSEYİN BURAK UÇAR

Herkesin ve her şeyin durduğu o anın üzerine, kaç saniye eklendi, kaç zaman geçti bilmiyorum. Bir gün de geçmiş olabilir, belki bin yıl da. Herkes ve her şeyle birlikte ben de durdum, ruhundan ayrılmış bir beden gibi hiç kıpırdamıyordum. Yolculuğunu tamamlayamayan yağmur damlaları havada asılı kaldılar. Rüzgârın uğultusu kesildi. Hemen az ileride yer alan kulenin saatindeki saniye çubuğundan sonra yelkovan ve akrep de zamanı ölçmekten vazgeçtiler. Onlarca araç, yüzlerce karakter ve görünen görünmeyen binlerce şey, durdu. Nasıl ve neden bilmiyorum açık kalan ve kapakları hiç kapanmayan gözlerimle, bakış açıma isabet eden her şeyi görebiliyorum. Bu sadece benim yapabildiğim bir şey midir, diğerleri de görebiliyorlar mı emin değilim. Emin olduğum tek şey hiç birimizin ve hiç bir şeyin hareket etmediği. Değil konuşmak, dudaklarımızı kıpırdatacak kadar bile gücümüz yok. Çok yakınımdaki karakterlere seslenmek istiyorum fakat nafile.

Durma anına uzun bir caddenin başında yürürken yakalanmış olmama seviniyorum. Çok şey görebilecek bir bakış açısına sahibim. Buraya gelene kadar bu durma olayını bir kaç kez daha yaşadık. Çoğunda görebileceğim şeyler kısıtlıydı. Fakat yine de hiçbiri bana bu kadar uzun gelmemişti. Dedim ya belki de bir asır geçti. Aklıma kötü şeyler gelmiyor değil. Sağlığından bile endişe ediyorum. Ya başına bir şey gelmişse, ömrü çoktan bittiyse, ya da her şey yolunda olsa bile bizden vazgeçtiyse ve bizi sonsuza kadar burada bu halde bırakmaya azmettiyse? Aslında sonsuza kadar var olmak isterdim fakat bu şekilde değil.

Oysa ne güzel başlamıştı her şey. Ben, ailesi tarafından çok sevilen, ablalarının bile üzerine titrediği, evin en küçüğü ve tek erkek çocuğuydum. Fakat bu kadar ilgiden ve sevgiden şımarmamış, bilakis aklı başında ve başarılı bir gençtim. Uzak bir şehirde üniversiteyi kazanmıştım. Annemin gördüğü karışık bir rüya ve uzaklara gidiyor olmam biraz tedirgin etmişti onları fakat yine de tıp okumayı çok istediğim için razı olmuşlardı. Kayıt için daha önce babamla gitmiştik. Bu kez tek başınaydım.

Caddenin karşısındaki terminalden bir otobüse binecektim. On saati bulan uzun bir yolculuk olacaktı. Fakat o kadar saatte neler yaşayacağımı ve hikâyenin nasıl biteceğini tam olarak o da bilmiyordu. Özellikle sonu için epeyce düşünmüş ve henüz bir karar verememişti. Beni karakter olarak belirlediğinden beri ne zaman hikâye ile ilgili düşünse onu duyabiliyordum. Bunu nasıl yapabildiğimi ve diğerlerinin de yapıp yapamadığını bilmiyorum. Sonuçta o izin vermedikçe hiç birimiz hiçbir şey yapamazdık.

Sıkı bir hikâye olsun istiyordu. Baş karakteri bendim. Diğer önemli karakter, otobüste yanıma oturan, kırk yaşlarında, iş adamı görünümlü, gizemli bir yolcu olacaktı. İşte o da benden az ileride duruyor. Terminale doğru yönelmiş. Onun arkasında da avını uzun süre takip eden bir avcı gibi uygun zamanı kollayan kapkaççı var. Terminal girişinde bu kapkaççı onun elindeki bond tipi çantayı çalmak isteyecek ben de bunu önceden fark ettiğim için ona engel olacaktım. Ardından ikimizin arasında nasıl bir diyalog yaşanacağını henüz belirlememişti. Bir ara yolda bir kaza oluyor ve ben ölüyordum, sonra nedense vazgeçmişti. O zaman bu vazgeçiş beni sevindirmişti fakat şimdi bir sonum olsaydı, ölseydim bile daha iyi olurdu diye düşünüyorum. Biz insanlar gibi değiliz. Onların yolculuğu ölünce bitmiyor... Bilakis sonsuz bir hayata geçiş yapıyor onlar. Bizim için ölmek, yok olmak demek ve yok olma fikri çok korkunç. Fakat sonsuza kadar da böyle yarım kalacak bir hikâyenin, gözlerini bile kapatamayacak kadar hareketsiz yaşayan bir kahramanı olmak da istemiyorum.

Yapabilseydim onu bulur ve yazması için ikna etmeye çalışırdım. Bana ve diğerlerine bir başlangıç yazıp yarım bırakmasının doğru olmadığını söylerdim. Fakat yapamam. Ben de bütün hikâye kahramanları gibi yazarın yazdığı kadarım.

...

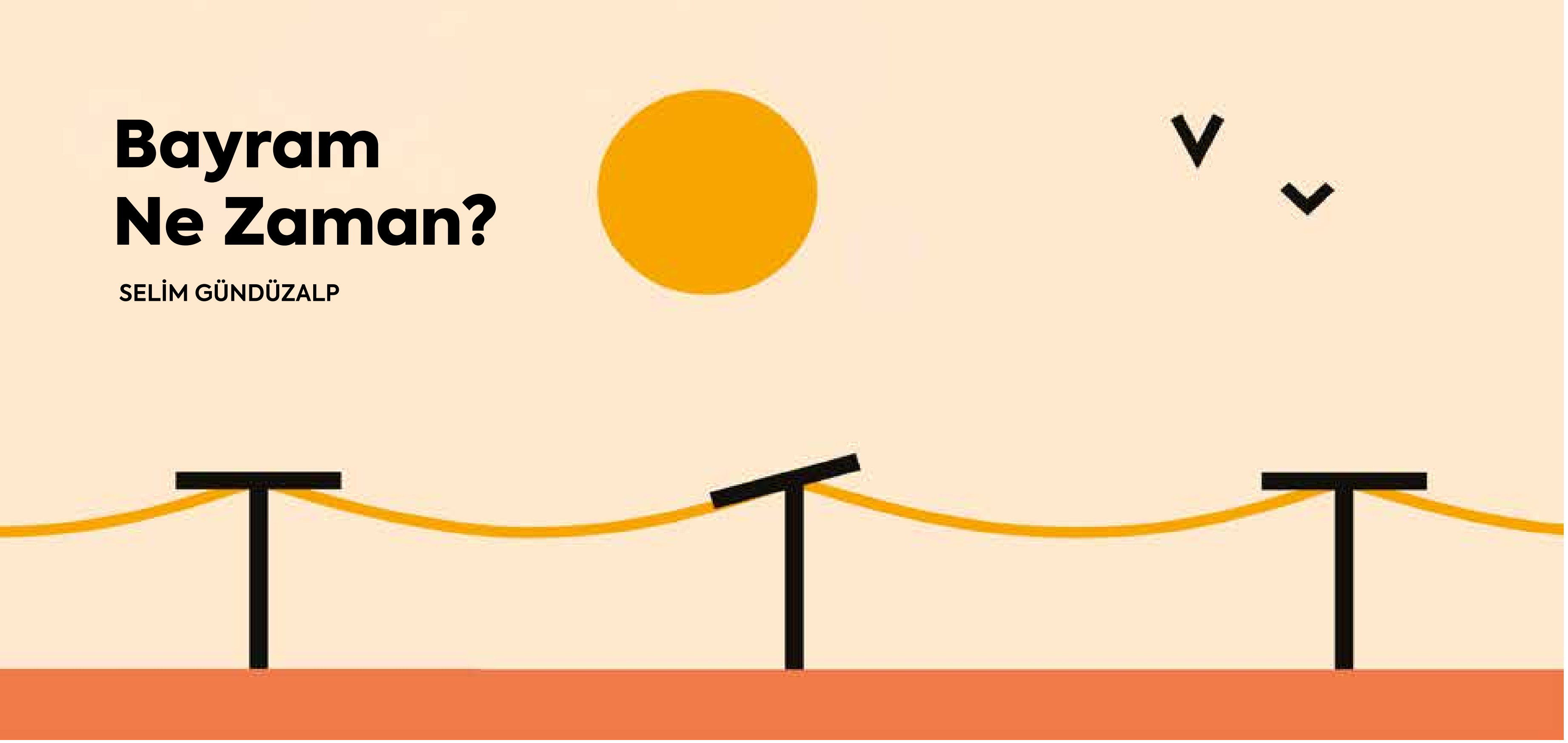
Endişelerim boşunaymış. Yazarımız nihayet hikayemize sağ salim geri döndü. Yağmur başladı. Rüzgâr uğuldadı. Arabalar hareket ettiler. Kuledeki saatin saniye çubuğu ilerlemeye başladı. Bu ilerleme akrep ve yelkovanın da göreve dönüşlerini müjdeliyordu. İnsanlar yürümeye devam ettiler. Gizemli yolcu da terminale doğru ilerliyor. Fakat kapkaççıdaki hareketsizlik devam ediyor. Kapkaççı birden yok oluyor. Veda bile edemiyor. Ben güle güle bile diyemiyorum.

O böyle istiyor. Ben o an hikâyede kaldığım için seviniyorum. Fakat sevincim uzun sürmüyor. Tekrar ilk taslağa geri döndüğünü, yolculuğun sonuna doğru bir kaza planladığını ve bu feci kazada öleceğimi öğreniyorum. Çok tuhaf bir duygu beliriyor kalbimde. Benim için farklı bir son yazmasını, başka hikayelerde de bana yer vermesini, en azından biraz daha yaşamak istediğimi söylemek istiyorum ona. Çünkü benim de kapkaççıdan farkım kalmıyor. Hikayede ölmekle hikayeden çıkartılmak aynı şey çünkü... Beni duyacağından, hatta bu düşündüklerimi de bildiğinden hiç şüphem yok. Umarım bu isteğimi kabul eder.

Kendimi bir anda otobüsün içinde buluyorum. Yolculuğumuz başlıyor. Yanımda o gizemli yolcu. En ön koltuklardan birinde oturuyoruz. Karşısındaki aynadan şoförün yüzünü görüyorum. Çok bitkin ve uykusuz bir hali olduğu dikkatimi çekiyor. Yolculuğun sonundaki kaza geliyor aklıma. Öleceğimi ve yok olacağımı düşünmek tüylerimi ürpertiyor. ❖

Bayram Ne Zaman?

SELİM GÜNDÜZALP



Bir kararda kalamaz gönüller.

Günler sular gibi akar geçer.

İnsan sevdiği şeyi çok söyler.

Es-salâtü ve's-selâmü aleyke yâ Rasulallah...

...

Küçük küçük noktalar halinde düşüyor hayatımıza her şey. Küçük küçük tanecikler halinde düştüğü gibi rahmetin.

Nice küçük şeylerden yeni yeni ümitler yeşertiyor Yaratan. Ne kadar böbürlenir ve ben yaparım havasına kapılırsa insan, işler o kadar yokuşa doğru zorlanıyor o zaman.

Kolayı varken, pusulayı şaşırıyoruz bazen. Allah ile her şey kolay. Allah'tan uzak her şey, her yer tuzak.

Yaratıldığı gün insan, elinde ne vardı ki sermaye olarak acizliğinden, fakirliğinden başka? Ah, bunu bir anlayabilsek, hiçbir şeyimizin olmadığı zamanlarda da ne kadar güçlü olduğumuzu bir hatırlayabilsek...

Her yerde bilindiğini bilse, görüldüğünü bilse, dualarına cevap verildiğini ve hiçbir zaman, hiçbir yerde yalnız bırakılmadığını bilse ve buna inansa ve bunu derinden derine yaşasa insan, yalnızlıktan kurtulacak, gerçek huzuru ve mutluluğu yakalayacak.

Ne kadar büyük bir sermayedir bu. Bile bile kaybederiz. Kaçar gider böyle nice umutlar, nice günler, nice fırsatlar. Nice küçük küçük kapımızı tıkırdatan, mesajlar getiren haberciler geçer gider böyle.

Mesela...

Bir çiçek dokunur omzunuza. O kadar hoş bir rengi vardır ki, elinize alıp okşamanız gerekirken, geçer gidersiniz. Alsanız, şöyle evirip çevirip bir baksanız, ayrıntılarına varana kadar bir inceleseniz, Allah için baksanız, neler kazanacaksınız neler?.. Çiçek de her şey gibi Âlemlerin Rabbi Allah'ın mektubudur, Onu anlatan bir dildir. Çiçek peygamber değildir ama Allah'ı anlatır. Rahmetini, kudretini, ilmini, hayat vermesini, her şeye her şeyini vakti vaktine vermesini, sanatını, sevgisini gösterir, anlatır, ayna olur...

Neler neler geçecek eline, sanal değil gerçek hayatı tadacaksın. Rahman'dan bir armağan bileceksin her çiçeği, herbir şeyi. O çiçek, omzuna dokunan ilahî bir mesaj olacak. "Gidiyorum ama yerime gelen yeniler var. Biz Bâki bir yaratıcının eserleriyiz" diye kalbinin kulağına fısıldayacak belki de. Evet o gidiyor, ama benzerleri yerine geliyor; demek gidenlerin yerine yenilerini tekrar tekrar yaratan birisi var. Çiçek, yaprak öyle diyor, meyve öyle diyor, gün öyle diyor, ağaç öyle diyor, güneş de öyle diyor...

Anlıyoruz ki, bizi getiren, götüren var. Burada bir müddet bizi misafir eden biri var; yalnız değiliz, sahipsiz değiliz, başıboş değiliz.

Madem buradayız, dünyadayız, ne yapmalıyız, onu da Şanlı Elçisi (asm) ile bildiren yine O (cc) var. Peygamberiyle, kitabıyla bildiriyor her şeyi aklımıza, kalbimize. Şu coşkun rahmete, şu baskın şefkate bir bakın ki, o rahmet bazen bir çiçekle bazen bir yaprakla iletiyor mesajını. Eh o mesajı fark etmek, görmek, anlamak da bize kalmış. Ekmeğin, pirincin, meyvenin iyisini bulmak için tezgâh tezgâh gezen; sıradan ihtiyaçları için ömrünü veren insan, ebedi hayatını kazandıracak yol işaretlerine de birkaç dakikasını versin bir zahmet...

Şu küçük insan, bu koca kâinatın içerisinde adeta kendi kendini küçülten bu insancık, işte bu mesajları alamıyor bazen, duyamıyor işte. Gözler nereye kilitlenmişse kilitlenmiş, kulaklar nereye odaklanmışsa odaklanmış. Asıl önemli olanı, gerçekten lazım olanı görmüyor, duyamıyor bazen insan.

Mevsim mevsim ağaçların büründüğü şekle bakın. Giyinmeleri de soyunmaları da ne kadar harika, ne kadar da hoş değil mi? Hangi ressamın fırçasından çıkabilir bu kadar harika renkler ve desenler? Nerede çocuklar, nerede o hayran bakışlı dostlar, bunları görüp sevinç çığlıkları koparacaklar?

'Maşallah' (Allah ne güzel yapıyor) diyen dudaklar nerede? Hayretle bakıp 'Subhanallah' diyen gözler nerede? 'Barekallah', 'Allahuekber', 'Elhamdülillah' diyen diller nerede?..

Hâlbuki Rabbimizi tanımaktan daha önemli ne var ki? Ne var ki Allah aşkına?

Kurban da geldi. Bir bayram daha var mı acaba ömrümüzde? Bakalım, görebilecek miyiz, yetişebilecek miyiz bir dahaki bayrama.

Bir Allah dostuna sorarlar:

"Bayram ne zaman?" diye.

O da cevap verir:

"Günah işlemediğim her gün, benim için bir bayramdır."

...

"Bayramım imdi bayramım imdi

Dost ile bayram ederler şimdi."

Bayramınız mübarek, ömrünüz bereketli olsun...❖



Hayat Enerjimizin Merkezi

Timus Bezimiz

PROF. DR. SEFA SAYGILI

Timus, tiroid bezimizin hemen altında, soluk borusunun önünde yer alır. Çok bilinmez ama kendi küçük, gördüğü fonksiyonu hayati açıdan büyüktür.

Çünkü bağışıklık sistemimizin ana merkezi timus bezimizdir ve bağışıklık sistemimiz buradan kumanda ve organize edilir. Çocukluk döneminde büyük olan timüs, ergenlik döneminde neredeyse bir ceviz kadardır. Ama yıllar geçip yaş ilerledikçe de bir bezelye tanesi kadar küçülür ve yaşlılıkta ise neredeyse tamamen körelir. Ağırlığı böylece 25 gramdan 6 grama kadar geriler.

Önceleri pek çok bilim insanı bu bezi ehemmiyetsiz gördüyse de vücuttaki en önemli sistemlerden biri olduğu anlaşıldı. Timus adeta yüksek savunma ordusu gibi çalışır. Öncü kuvvetleri, silah üretme sistemleri, izcileri, savaş birlikleri, yardımcı lojistik ve kumanda birlikleri olan bir ordu gibidir.

Kemik iliğinde üretilen akyuvarların (lökosit) bir kısmı savaş için eğitilmek üzere askeri akademiye yollanır, bu akademi timüs bezidir. Sınavda başarılı olup mezun olduklarında olgun T hücresi (lenfosit) ismini alırlar.

Timüs bezi bir komuta-eğitim merkezidir. T hücreleri yani lenfositlerin; vücut hücreleri ile vücuda zararlı olabilecek yabancı hücreleri ayırt etmeyi öğrendikleri yerdir timus. Kısacası bağışıklık sisteminin mikroplarla ve yabancı unsurlarla nasıl savaşacağının organize ve koordine edilmesinde timus bezi görev alır.

Lenfositler doğumdan önce ve hemen sonra timüs bezi tarafından meydana getirilmeye başlarlar. Bu sayede doğar doğmaz enfeksiyonlara karşı bir koruma kalkanımız olur.

Bu askeri akademide savaş için seçilen bu akyuvarlar iki temel konuda eğitim görürler: Kendilerine dost olanı ve düşmanlarını ayırt etme.

İlk kursta akyuvarlar vücudun yapısını oluşturan binlerce proteini inceler ve dost elementler olarak işaretlerler. Böylelikle savaş esnasında onlara saldırmazlar, yoksa onlarla savaştıkları takdirde kendi vücudunu yok etmiş olacaklardır.

İkinci kısımda ise bu hücreler anne sütü aracılığı ile bağışıklık sisteminin çocuğa ulaşmasıyla kuşaklar boyunca insan ırkının öğrendiği hastalık oluşturan faktörleri aktarmış olurlar. Çünkü bebekler küçükken pek çok şeyi ağızlarına koymaya meraklıdırlar. Bu eğitim esnasında akyuvarlar düşman faktörleri yakalamayı, onların varlığını haber vermeyi ve onlara saldırmayı öğrenirler.



...

Bir elektron mikroskobu altında incelendiğinde timüs, akyuvarların toparlanıp önemli dersleri dinlediği bir amfi tiyatroya benzer. Ancak her akademide olduğu gibi burada da sınavlar olmak zorundadır. Bütün akyuvarlar sınavlardan geçerek bu iki konuda imtihana tâbi tutulurlar.

Birinci konuda akyuvar dost bir faktör olarak gösterilerek test edilir. Eğer ona saldırırsa sınavı kaybeder, timüs bezinden ayrılması engellenir ve kan akışına karıştığı takdirde onu oluşturan vücuda saldıracağı için imha edilir.

İkinci konudaki sınavda akyuvar bu kez hastalık sebebi olan düşman bir unsurla test edilir. Eğer onu tanımayı ve cevap vermeyi beceremezse sınavı kaybetmiş demektir ve bezi terk etmesi engellenir. Çünkü kan akışına karışırsa düşmanı algılamayıp vücuda saldırmasına izin verecektir.

Bu kadar hassas, planlı ve akıllı işleri bu bezin yaptığı söylenebilir mi!..

...

Bu askeri akademinin (timus) çalışması doğumdan üçüncü yıla kadar devam eder. Sonrasında bu konuda uzmanlaşır ve akyuvarların çalışmasını düzenleyip olgun T hücrelerine dönüşmesini sağlayarak bu bilgiyi akyuvarlara nesilden nesile aktarır.

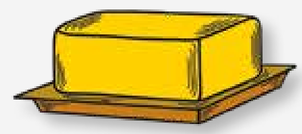
İnsan 70 yaşına ulaştığında akyuvarlar hücrelerinin askeri eğitimi zayıflamaya başlar. Dost hücrelere saldırarak vücutta bazı bölge ve sistemlere zarar verebilirler. Bu yüzden yaşlılarda böbrek problemleri, romatizma, kan hastalıkları ve çeşitli rahatsızlıklar yaygın olarak görülür. Çünkü bağışıklık sisteminin eğitimi zayıflamıştır ve savaşan hücrelerin fonksiyonları azalmıştır. Dolayısıyla bu bağışıklık hücreleri, savunmaları için eğitildikleri kendi bedenlerine saldırmaya başlarlar. Bu durum iç savaş yaşayan bir ülkeye benzer.

İnsanların dikkat etmediği ve önemsemediği timus bezi aslında vücudumuzdaki en önemli organlarımızdan biridir. Bağışıklık sistemini güçlendirmesinin yanı sıra salgıladığı hormonlarla mutluluk hissi de vermede, yaşlanmayı geciktirmede, yaşam enerjisini yükseltmede, kanserlere karşı koruma sağlamada çalıştırılır.

Bedenimizde hazır bulduğumuz bu karmaşık ve mükemmel sistemimizi tanımamız, bilim ilerledikçe Allah'ın (cc) ilmini, sanatını ve rahmetini gösteren eserlerinden sadece birisidir.❖

Akıl Öyküsü

Rekabet

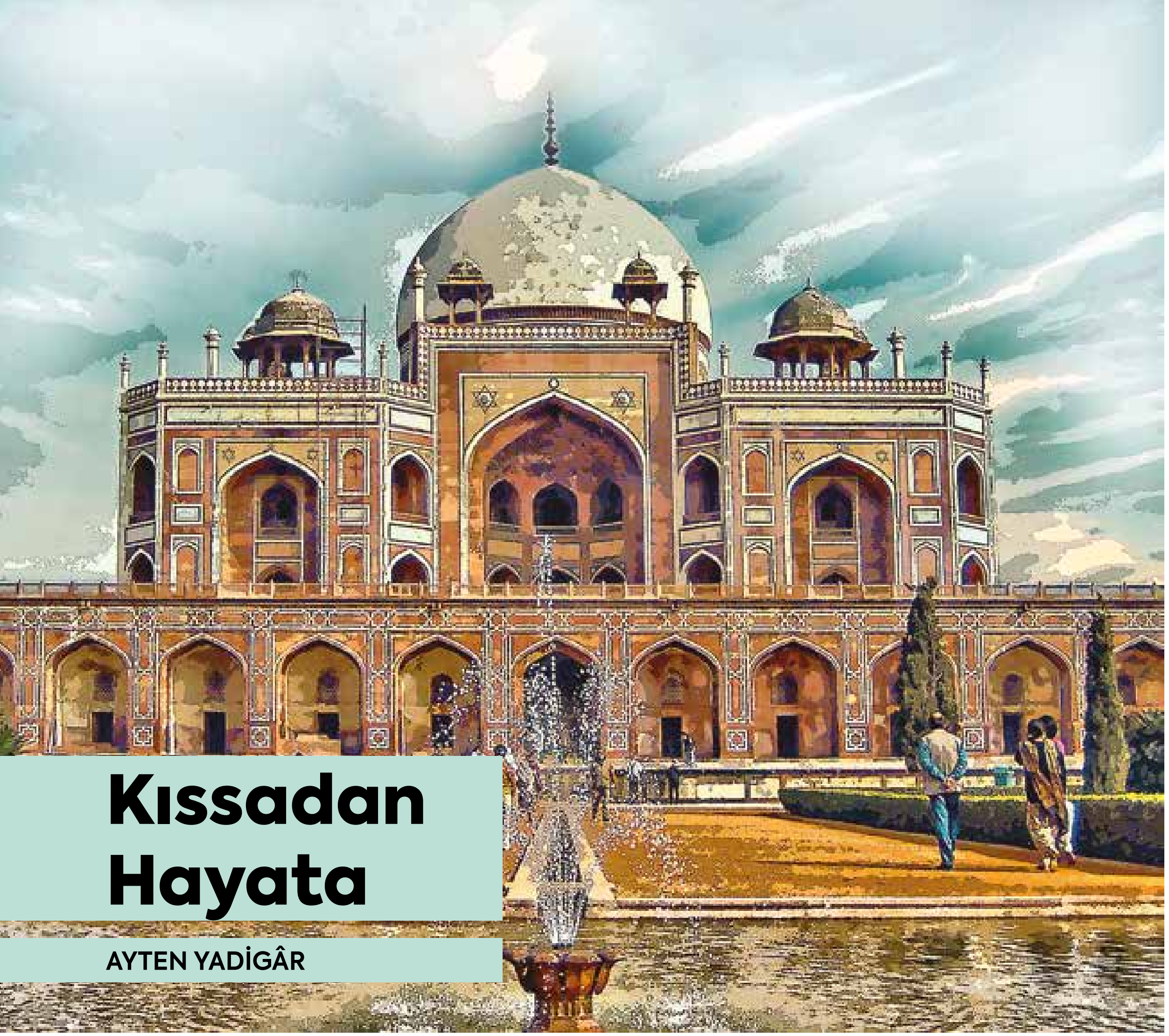


HAZIRLAYAN: ABDÜLKADİR ŞEN

Yaşlı bir teyzenin bakkalının karşısına süpermarket açılmasının ardından rekabet de başlamış. Süpermarket, tereyağ 70 lira yazınca, teyze de 60 lira yazmış. Ardından market 50 yazınca, teyze 40 lira diye yazmış...

Bu durumu görüp teyze için endişe duyan birisi, "Abla yapma" demiş, "Bunlar büyük firma, bunlarla rekabet edemezsin, eriyip gidersin."

Bakkal Teyze tebessüm edip sessizce cevap vermiş, "Ben tereyağı satmam ki..." demiş, "maksat insanlar ucuza tereyağı alsın." ❖



Kıssadan Hayata

AYTEN YADİGÂR

Hayatın gizemini ve mutluluğun kaynağını arayan bir genç, Bilge Kralın kendisine yardım edeceği düşüncesi ile yola çıkar. Saraya vardıktan sonra kralın huzuruna çıkarılır. Genci dinleyen Bilge Kral, ona yardımcı olacağını söyler ama önce gidip sarayını dolaşmasını ister. Eline de içinde iki damla yağ olan bir kaşık verir ve bunu dökmemesini tembihler.

Genç sarayı dolaşır, istenen saatte geri döner. Kralın huzuruna çıkar.

"Sarayımı iyice dolaştın mı?" diye soran Bilge Krala "Evet" cevabını verir. "Peki", der Kral; gencin elindeki kaşığa bakar, yağ dökülmemiştir. Bunun üzerine "Sarayımdaki ünlü ipek halılarını gördün mü?" diye sorar. Genç, "Hayır", diyerek cevap verir. Ardından "Bahçemdeki envai renk ve kokusu olan güzel çiçeklerimi gördün mü?", "Muhteşem ordumda görev yapan muhafızlarımı gördün mü?" sorularına da "Hayır" cevabını alan Bilge Kral, tekrar kaşığa yağ damlatır ve gence "Yeniden sarayımı gez" der.

Genç tekrar sarayı gezmeye başlar. Sarayın ihtişamını, barındırdığı güzellikleri görür. Tekrar kralın huzuruna döner. Hayretler ve hayranlık içinde ipek halılardan, bahçedeki çiçeklerden, muhafızlardan ve tüm sarayın ihtişamından bahseder. Bilge Kral, "Peki, kaşıktaki yağa bir bakalım", der. Kaşıkta yağ kalmamış, hepsi dökülmüştür.

Bilge Kral gence; "İşte hayatın gizemi ve mutluluğun kaynağı budur. Elindeki iki damla yağı yitirmeden etrafına bakabilmeyi öğrenmektir."

...

Hayat yolculuğunda farkındalık ve dengenin önemine işaret ediyor bu kıssa. Dünyada nice güzellikler var, nimetler var. Öncelikle elimizde olanların, daha doğrusu bize bahşedilenlerin farkında olmak ve tabi ki şükretmek gerek. Bunların muhafazası için de özen göstermek, hoyratlık etmemek, har vurup harman savurmamak... Dengeye yine dikkat! Sıkı sıkıya sarılmamak elindekilere... Bir ele geçirdi mi bir daha elden çıkmasın diyerek hayat yolculuğunu sürekli edinme ve biriktirme mücadelesine çevirmemek... Hırsların peşine takılıp zehir etmemek hayatı... Kendine de başkalarına da... Kulluk ve emanet bilinci ile korunmak bu gibi dünyevi tuzaklardan.

...

Haklar ve sorumluluklar noktasında da hatırlattıkları var bu kıssanın.

Bireyi merkeze alan yaklaşımların toplumsal olanı göz ardı etmesi nedeniyle gittikçe bencilleşen ve sorumluluklarından ziyade haklarına vurgu yapan bir insan profili öne çıkıyor günümüz dünyasında. Kendi hakları konusunda son derece hassas davranan bu gibi insanların, bireysel veya toplumsal sorumluluklar söz konusu olunca duyarsızlaşması ve tam tersi davranması dengeleri bozuyor, ilişkiler zarar görüyor, kurumlar yıpranıyor. Toplumun temel taşı olan ailede yaşanan huzursuzluklar, çok çabuk çözülmeye ve dağılmaya yüz tutmaların en büyük sebebi, aile üyeleri arasında hukukun gözetilmemesi, başka bir deyişle haklar ve sorumluluklar alanında dengenin bozulması değil midir?

...

Hayat yolculuğunda ihtiyaçlar ve istekler arasında dengenin korunması ve öncelik sıralaması yapılırken dikkatli olunmasına dair bir ders almak da pekâlâ mümkün bu kıssadan.

Özellikle sonu gelmez isteklerin ihtiyaç diye dayatıldığı günümüzde, alışveriş ve tüketimin ne kadar teşvik edildiği, bilişim teknolojilerinin de marifetiyle, insanların duygu ve düşüncelerinin ellerinde olandan ziyade elde etmeyi hayal ettiklerine yönlendirildikleri malum. Ömrünü sürekli dünyevi istekler peşinde koşarken harcamak, bu arada asıl olanı yitirmek ve dahası yitirdiği kıymetlerin farkında olmamak insan için ne büyük bedbahtlıktır. Şükürsüzlük ve beraberinde getirdiği sürekli şikâyet hali, başlı başına bir mutsuzluk kaynağı. Üstelik sadece şikâyet edeni değil, çevresindeki herkesi kalben yoran bir durum. Kalpler itminana ermedikçe bu olumsuzluk çemberinden kurtulmak da mümkün değil.

...

İnsanın hayat yolculuğunu fıtratıyla ters düşmeden ve usulünce yapabilmesi için başıboş bırakılmamış olması ne büyük nimettir. Kur'an rehberliği ve Peygamber Efendimiz'in örnekliği anlamlı, dengeli ve huzurlu hayatın anahtarları olarak elimizdedir. Dünya misafirhanesinde ağırlanan insanoğlundan beklenen akıl, vicdan ve irade sahibi bir varlık olarak tüm yaratılmışlar içindekini konumunu idrak etmesi; kendisine bu imkân ve nimetleri bahşeden Rabbine karşı şükür hissiyle dolu olması, dünyadaki güzelliklerden O'nun razı olacağı şekilde istifade etmesi ve sorumluluklarının da bilincinde olarak dengeli bir hayat sürmesi değil mi? Tıpkı kıssadaki muhteşem sarayı gezerken bir yandan güzellikleri temaşa edip diğer yandan elindeki kaşıkta bulunan yağı dökmeme hassasiyeti gösteren genç örneğinde olduğu gibi. ❖

“Allah Beni Benden Kurtardı. Hala İnanamıyorum Müslüman Olduğuma”

SÖYLEŞİ: İLKNUR FATMA KEMERLİ

Yazarımız İlknur Hanım, eşi ile beraber eğitim çalışmaları kapsamında ABD’ye gidince oradaki camilerde yapılan faaliyetlerden bahsetti. Yeni Müslümanların heyecanlarını, hangi süreçlerden geçtiklerini, İslamiyet’in hayatlarına etkilerini aktardı. Biz de bu konuda kendisinden röportajlar yapmasını istedik. Yoğun çalışmalarına rağmen sağ olsun bizi kırmadı ve inşaallah bundan böyle bu minvalde söyleşileri onun kaleminden okuyacağız. Okuyucularımız adına kendisine teşekkür ediyoruz. (Ed.)

ABD’ye birkaç gün önce ulaşmıştık. İlk geldiğimizde bize en hüzünlü gelen şey ezan sesini duyamamak olmuştu. Aynı zamanda da buradaki Müslümanlarla tanışacağımız ilk Cuma namazı için heyecanlıydık. Tabi bizi bekleyen büyük bir sürprizden habersizdik. Katıldığımız bu ilk Cuma namazında, Amerikalı Gary Alan Edwards Jr’nin İslam ile şereflenmesine şahit olduk. Bizim için inanılmaz bir atmosferdi. Bundan sonra onu her gördüğümüzde mutmain ve mütebessim siması ile bizlere o ilk günkü heyecanımızı hatırlatacaktı. Çünkü o simanın arkasında, onun imanındaki heyecanı hep görecektik. ***“İçtiğim suyun, yediğim yemeğin tadını Müslüman olduktan sonra aldım”*** diyen Gary şöyle soruyordu: ***“Müslüman kardeşlerimi çok özlüyorum, cumaları sabırsızlıkla bekliyorum, sizce bu normal mi?”***



Kendisiyle röportaj talebinde bulunmamızdan dolayı çok heyecanlandı. Röportaj yaparken zaman zaman ağladı ve ekledi: ***“55 yaşımda bu duyguları yaşamak hiç kolay değil. O yüzden çok duyguluyum.”***

Gary Alan Edwards Jr, Toledo, Ohio doğumlu. 55 yaşında bir berber. Hüzünlü bir aile hikayesi var. O daha 5 yaşında iken anne ve babası ayrılmışlar. O günler için ***“ruhum 5 yaşımda ölmüştü”*** diye bahsediyor. Hiç kardeşi olmamış. ***“Anne ve babamın arasında kalmışlığımdan dolayı kendimi ikiye bölünmüş ve zamanla paramparça olmuş hissediyordum”*** diye ifade ediyor bu süreci.

İslam’dan önce oldukça farklı inançlara yönelmiş. Başlarda inançsız olan babası, yeğeninin ölümünden etkilenerek bir Yehova şahidi olmuş. Babasını takip etmeye çalışan Gary, burada umduğunu bulamamış. Bunun ardından Budizm ile ilgili meditasyon seanslarına katılmış, lakin istediğini orada da bulamamış. Meditasyonlar hakkında her zaman bir şeylerin eksik olduğunu hissettiğini söylüyor

Gary Alan Edwards Jr’nin şehadet kelimesini söyleyip Müslüman olduğu anlar. Sağdaki barkoddan videosunu izleyebilirsiniz.



Gary, Islamic Center of Greater Toledo’da Müslüman olmanın sevincini böyle yaşıyor

Gary. Hiçbir zaman bir tanrıya şükredilmediği, hatta tanrının isminin bile telaffuz edilmediğini fark etmiş. ***“Üzerimde bir şeylerin hakimiyeti, ağırlığı vardı ve ben adını koyamıyordum”*** diyor Gary bu arayış süreci için.

Bir gün 90’lı yıllarda papanın resmini yırtan meşhur İrlandalı şarkıcı Sinead O’Connor’ın bir videosuna denk gelmiş. Sinead O’Connor, 2018 yılında Müslüman olmuş ve Şuheda Sadaka ismini almış. Gary’nin gençlik yıllarının meşhur isimlerinden birisi olan bu şarkıcının bir videosunda Kur’an ve İslam hakkında konuştuğunu görünce oldukça şaşırmış. Bunun üzerine, zaten bir arayışta olan Gary, bir Lübnan restoranında iken oradakilere Kur’an hakkında sorular sormuş. Restoran sahibi de hemen bir Kur’an getirmiş ve aynı mekanda kasada bekleyen başka bir müşteri, Toledo’nun en eski camilerinden birisi olan Islamic Center of Greater Toledo’nun genç imamı Ahmed Deeb’in telefon numarasını Gary ile paylaşmış. Böylece Gary’nin hidayete uzanan yolculuğu başlamış.



İmam, cami ve cemaat ile ilk tanışmasını ***“Sanki binlerce yıldır görmediğim kardeşlerimle evimizde berabermişiz gibi hissettim”*** diyerek ifade ediyor. Bu tanışmanın ardından sadece 15 gün sonra İslam ile şerefleniyor.

S: İslamiyet’i seçtikten sonra hissettiğiniz duygular ve yaşadıklarınızdan biraz bahsedebilir misiniz?

C: İslam’dan önce egomun etkisi altındaydım ve kendimi hiç sevmemiştim. Ruhum yorulmuştu, hatta adeta çökmüştü. Allah beni benden kurtardı. Hala inanamıyorum Müslüman olduğuma. Önceden de tanrı inancım vardı. Fakat bilirsiniz ki herkesin kafasındaki tanrı (god) başka bir olguya işaret ediyor. Ama Allah dediğimde herkes benim ne demek istediğimi çok iyi biliyor. Her şeyin ve herkesin sahibi, bir ve tek olan Allah. Allah’a inanmak ile yaşadığınız hissiyat, kendi zihninizde kurduğunuz bir “tanrı”ya inanmaktan çok farklı bir şey.

S: İslamiyet’i seçerken nasıl bir düşünsel süreç yaşadınız ve bu kadar kısa bir sürede İslamiyet’i seçme kararını nasıl verdiniz?

C: İslam’a girmeye zihnimle değil ruhumla karar verdim. Dolayısıyla fikrî bir araştırma süreci yaşamadım. Bana göre zihin egonun oturduğu yerdir. Ve ego, şeytanın etkisindedir. İman etmenin düşünmeden ziyade ruh ile olduğuna inanıyorum. Peygamber (a.s.m) vahiy gelmeden önce çok seçkin özellikte biri-

Gary, Islamic Center of Greater Toledo’da

siydi. Fakat okuma yazma bilmiyordu. Zihniyle yürüttüğü bir süreç sonunda İslam'a ulaşmadı. Barış dolu bir ruha sahipti. İlk Müslümanlar da ruhları ile ona inandılar. Müslüman olmak bir öğrenci olmak demektir ve ben de artık imanımın bir öğrencisiyim.

S: İslamiyet'i seçtikten sonra hayatınızda ne gibi değişiklikler oldu, çevrenizdeki tepkiler nasıldı?

C: Eskiden kötü alışkanlıklarım vardı. Hepsini bırakınca insanlar bu değişimimi fark ettiler. Bugün bile bir arkadaşım beni aradı, ***"Çok huzurlu görünüyorsun. Ne yapıyorsan onu sakın bırakma ve bana da söyle"*** dedi. İman olunca insan kendini huzurlu hissediyor. Tüm korkularım ve endişelerim gitti. Allah bize bir kader yazmış ve bizim için en hayırlı şeyleri yazmış. Bunu bilmek insana bir sekinet hali veriyor. Cuma namazlarında insanlar beni çok sevdiklerini söylüyorlar. Ama aslında beni değil, imanın bendeki tecellisini seviyorlar. İslamiyet benim parçalanan ruhumu bir bütün haline getirdi. Birçok kardeşim oldu. Allah'ın sevgisi ile tüm kötü duygularım yok oldu. Kendime geldim, yolumu buldum. 55 sene sonra kendimi tanıdım. Allah'ın beni çok sevdiğini öğrendiğim için kendimi sevdim.

Soldaki kişi caminin diğer imamı İsmail Bowers. Kendisi Peygamberimizin (asm) soyundan gelen Faslı bir kardeşimiz. Türkiye'deki camileri ve ne gibi faaliyetler yapıldığını çok merak ediyor ve sürekli sorular soruyormuş.



S: Müslüman olmadan önce İslam'a bakışınız nasıldı?

C: Daha önce de İslam'ı diğer dinlerden farklı görüyordum. Çünkü İslamiyet'te diğer dinlerde olmayan bir ciddiyet var. Efendimiz (a.s.m) da davasında ciddi idi. Vefat anına kadar bile kulluk vazifelerini yerine getiren birisiydi. O, bu dini bize böyle bir hassasiyetle ulaştırdı (Ağlıyor). Bu din, Efendimiz'den (a.s.m) ilk Müslümanlara ve onlardan silsile halinde bize nasıl ulaştıysa, bizden de başkalarına öyle ulaşacak. O yüzden Müslümanlığı temsil etmeyi çok önemsiyorum.

S: Peygamberimizin (a.s.m) hayatında ve Kur'an-ı Kerim'de sizi en çok ne etkiledi?

C: Peygamberimizdeki (a.s.m) yaşamak ve yaşatmak cesareti. Bir dava için yaşamak... Mücadele etmek... Çünkü bazen yaşamak ölmekten daha zordur. Hayatına baktığımızda vazgeçmek için birçok nedeni vardı. Babası vefat etmiş, annesi vefat etmiş, dedesini, amcasını, eşini kaybetmiş, evlat acısı yaşamış... Ama o son nefese kadar inancını uygulamış, kulluk vazifesinden taviz vermemiş. Hiç öyle birini tanımadım. Gösterdiği çabanın tesiri 1400 yıldır devam ediyor.

İncil'e baktığımızda sanki bir hikaye kitabı dinliyormuş gibi hissediyorsunuz. Sanki birisi, başka birisinden duyduğu bir hikayeyi naklediyor. Ama Kur'an'ı okuduğumuzda, Allah Peygamberimiz (a.s.m) ile konuşuyor ve biz onu dinliyoruz.

...

Gary şu anda Toledo'da mesleğine devam etmenin yanında İslam'ı araştıranlar ve özellikle de gençlerle ilgileniyor ve onlara İslamiyet'i anlatıyor. Nasıl onun hidayetine birisi vesile olduysa, o da aynı şekilde İslam'ı gelecek nesillere aktarmayı en büyük sorumluluğu olarak görüyor. Türkiye'deki kardeşlerine de bir mesajı var: "Biz burada ABD'deki Müslümanlar olarak sizleri çok seviyoruz, siz camilerde beraber olduğunuzda biz de hep sizlerle beraberiz." ❖

Alkol: Çoğu Zarar Ama Azı Karar mı?

DR. ÖĞRETİM ÜYESİ ABDULLAH ŞUMNU

Kalp ve damar hastalıkları tüm dünyada ölümün en sık sebebi olmaya devam etmektedir.

Daha önce yapılmış gözlemsel çalışmalar düşük seviyede alkol tüketiminin kalp ve damar hastalıklarına karşı koruyucu etkisi olduğunu öne sürüyordu.



2022 yılında Harvard Tıp Fakültesi'nden Biddinger ve arkadaşlarının saygın bir tıp dergisinde (JAMA Network Open) yayınlanan makalelerinde düşük miktardaki alkol tüketiminin de kalp ve damar hastalıkları riskini artırdığı gösterildi.

Araştırmacılar UK Biobank adlı veri tabanındaki 371.463 kişinin verilerini kullandı. Bu veri bankası medikal kayıtlarının yanı sıra genetik kayıtları da içermekteydi.

Çalışmada gerek geleneksel, gerekse Mendelian rastgeleleştirme denilen güncel istatistiksel yöntemlerle farklı derecede alkol tüketimi ile kalp ve damar hastalıkları arasındaki ilişki ortaya koyuldu.

Daha önceki çalışmalarda düşük düzeyde alkol tüketiminin sağladığı öne sürülen faydanın, düşük alkol tüketen grubun, alkolden sakınan veya yüksek miktarda alkol tüketen diğer gruplara nazaran daha iyi ve kalp-damar koruyucu yaşam tarzlarına (daha fazla hareket, daha az sigara içme, daha sağlıklı diyet gibi) bağlı olduğu belirtildi.

Bu yaşam tarzı değişikliklerine göre istatistiksel düzenlemeler yapıldığında alkolün koruyucu etkisinin giderek azaldığı ortaya koyuldu.

Dahası genetik analizler, bazı ülkelerin kılavuz önerileri arasında yer alan düşük alkol tüketiminin bile, artmış kalp ve damar hastalığı riski ile beraber olduğunu ve tüketim arttıkça riskin katlanarak arttığını gösterdi.

Her ne kadar, alkolden uzak durmak için Allah'ın emri yeterli olması gerekirken; güncel tıp verileri de alkolün azının karar(!) olmadığını ve alkolden sağlığımız için de sakınmamız gerektiğini ortaya koyacak gibi gözükmektedir.❖

Kaynak:

Biddinger KJ ve ark. Association of Habitual Alcohol Intake With Risk of Cardiovascular Disease. JAMA Netw Open. 2022 Mar 1;5(3):e223849

MUAMMER ERKUL



Sen ve Gül

İnsan, güle benzer; gülse insana!..

❤

İnsanların çoğu, diken doludur; Isparta gülü gibi... İnsanların çoğu, az katmerlidir; Isparta gülü gibi... İnsanların çoğu, pembe çiçeklidir; Isparta gülü gibi...

İnsan, güle benzer yani;

Gülün insana benzediği kadar!

❤

İnsana benzeyen Isparta gülleri gülümserken bahçelerde; birer, onar, yüzer, biner toplanır yaprakları...

Binlerce yaprağı bile bir kilo gelmez çiçeklerin... Ama gereken; binlerce kilo gül yaprağıdır...

Bunun için toplanır ve toplanır ve toplanır taze çiçekler...

❤

Sonunda büyük imtihan başlar: Kaynayan suyun buharı...

Tam dört ton... Yani dört bin tane bir kilo gül yaprağı, buharda damıtılır; bir kilo gülyağı için...

Dikeni bol gülün yaprağı damıtılınca, 4 binde bir oranında gül esansı kalır da geriye;

...acaba insandan kalacak olan, nedir?..

❤

İşte, aşk; budur!

Aşk; sen değilsin, senin kokundur!

Sen aşk değilsin, aşk; içinde var olandır... Senden arta kalandır... Damıtılacağın gün, açığa çıkacak olandır!..

❤

Aşk nedir, biliyor musun?..

Aşk; uzun yolculuklara benzeyen bir bekleyiş, hücrelerde beklemeye benzeyen bir yolculuktur...

Aşk elle tutulmaz; kalpte tutulur...

❤

Gülyağı... Yani şu soluk sarı renkli, gül kokulu, keskin lezzetli nesne... Biliyor musun; işte bu gül esansı, uçucudur!

Açık bırakamazsın; herkese koklatamazsın!..

❤

Gülün esansı kadar azdır insanın içindeki aşk;

Ya da insanın içindeki aşk; gül esansı kadar çoğalıcı ve kıymetlidir...

❤

Sen, ne aşksın; ne aşk senin kokundur...

Sen, eğer damıtıldığında; gül kokusu çıkacaksa kalbinden, mübarek olsun!

❤

İnsan güle benzer, güleee... Gülse, insana!

Aşk ise; başkadır. Görünenlerden başkadır.

Ne anlatılır, ne anlaşılır!..❖

Yolcular, Susuz!

Korkudan sararmış bir yaprak indi önüme, göç eden sürüden düşen kaz tüyü gibi...

Bu teleğin her telinde bir satır, her satırında; fark edilecek derin manalar vardı...

❤

Çok üzülüyorum, diyordu...

Sanki bende, artık hiçbir şey eskisi gibi değil...

Sanki size yazmama bir şeyler engel oluyor...

Sanki bitiyor bir şeyler...

Sanki size yazarsam hata etmiş olacağım, ya da vaktiniz boşa gidecek gibi geliyor.

Bu vehimlerle araya zaman giriyor, ve bana yazdığınız satırlar hiç aklımdan çıkmazken, şimdi bazen aklıma bile gelmiyor... Sonra da çok üzülüyorum; ne oluyor bana diye...

❤

Kimindi bu satırlar ve kimdi yazılan?..

Hangi bal peteğinde kalmış arı iğnesiydi böyle can yakan?..

Kimdi bu; sevilen, sevgili, seven, dost?..

❤

Bir rüzgâr esti. Aldı bu yel teleği, savurdu bilinmeze... Savruldu başım, içime sular döküldü; çünkü, bir cevap okudum gözümün perdesinde!..

"Zaman zaman olur böyle" diyordu...

Sonra, soruyordu:

Peki, senin bana yazdığın gibi, sana yazan yok mu?.. Veya sen yazmayacak mısın kimseye; sana yazacak kimseler arayıp bulmaya çalışmayacak mısın?..

Dağların başında bir çeşme gibiyken; hiç özlemeyecek misin, ince bir patikadan sana ulaşacak... Ve seni aştığında "sonraki" çeşmelere de kavuşacak olan yolcuları;

Hani sanki... Vardığı her istasyondan "önceki" istasyonu da geçmesi lazım olan trenler gibi!..

❤

Kara trenleri yollar ağartır!..

❤

Hava sıcak...

Yolcular susuz...

Sen, bulduğun güzellikleri "bildiğin kadar" öğreteceksin birilerine...

❤

Anlamadın mı;

Suyundan vermeyen kuyulara taze suların dolmadığını?..

Belki de bunun için; kuyuların ağzına birer kova bırakıyorlar ve birer havuz/yalak/suluk yapıyorlar hemen kenarlarına!..

Su; ihtiyacı olanlar içindir...

Kim kalır ki susuz, hayatta?..



❤

Bilirim! Sıkıntılar basar, kavrulursun sanki çoğu zaman; içindeki sudan...

Gel, diyemezsin... Gelin, diyemezsin... Bende su var, su bendedir, diyemezsin...

Kaybolmuş buzağının annesinin memeleri gibi sızlaar, sancıır, acır için! Bir yanda yavru ağlar, diğer yanda anası!..

❤

Su yanacak içinde; yansıın!

Tutuşacaksın; tutuuş!

İçin kavruldukça bağıır; anlaşılacak dilden çağır birilerini. Ve seninle tut onları, yumuşacık ellerinle...

❤

Çünkü, yanında kalanlar;

Senden su içer!..❖



Dünyamızda Isı Dengesi Nasıl Sağlanıyor?

PROF. DR. OSMAN ÇAKMAK

Dünya tam bize göre hazırlanmış... Bunu daha iyi anlayabilmek için, yakın komşumuz Ay'a bakmak kâfidir. Orada, gündüzleri 120 dereceye ulaşan kavurucu bir sıcaklık, geceleri ise -150 dereceye kadar düşen dondurucu soğuk vardır. Ay, göktaşı yağmurları, ultraviyole ve kozmik ışınlarla delik deşik olmuş; ıssız, sessiz bir dünyadır.

Karanlık ve soğuk uzay boşluğu içerisinde hızla yol alan, Dünya dediğimiz sıcak ve canlı bir yuva içindeyiz. Burada yüzyıllar boyunca dinamik bir denge içinde devam eden ortalama sıcaklık ve basınç değerleri var. Sıcaklık ve basınç ise, sayısız denge sistemlerinden sadece ikisi.

Dünya'nın Ortalama Sıcaklık Değerinde Kalmasını Sağlayan Sistemler

Güneş'ten bize ulaşan enerji miktarının tam istenen ölçüde olmasında şüphesiz Dünya ile Güneş arasındaki mesafenin gereken miktarda olmasının önemli bir payı var. Güneş'e daha uzak mesafedeki Mars'ta dondurucu soğuğu, daha yakın mesafedeki Venüs'te yakıcı sıcağı hatırlarsak; Dünya'nın seçilmişliğini anlayabiliriz.

Dünyamızın Takdir Edilen Büyüklüğü

Atmosfer gazlarının yeryüzünde tutulması ve hayat için gerekli terkip ve oranlarda kalması için, Dünyamızın takdir edilen büyüklüğünün önemini unutmayalım. Dünyamız, Merkür gibi (Dünya'nın %8'i) küçük veya Jüpiter (Dünya'nın 318 katı) kadar büyük yaratılabilirdi. Daha küçük bir Dünya, daha zayıf bir yer çekiminden dolayı gazlarını uzay boşluğuna kaçıran bir dünya demekti. Daha büyük bir Dünya'da ise, artan yer çekimi sebebiyle yoğun gaz ve artan gaz basıncı yüzünden hayat imkânsız hâle gelecekti.

Atmosferde Battaniye Görevi Gören Gazlar

Havaya yeterli miktarda serpiştirilmiş karbondioksit ve su buharı molekülleri, yüksek ısı tutma kapasiteleriyle, gündüzleri Güneş'ten gelen ışınların bir kısmını emer. Gece olunca, hava molekülleri tarafından emilen ısı, bitki seralarında olduğu gibi korunur ve soğuk uzay boşluğuna bırakılmaz. Bu haliyle hava tabakası, gündüz Dünya'yı Güneş'in ışınlarından koruyan bir perde; geceleri ise, sıcaklığı saklayan bir battaniye gibidir. Ay böyle bir koruyucu tabakadan mahrum olduğu için, gündüz sıcaktan kavrulurken, gece de dondurucu soğuklara maruz kalır.

Dünyanın Kendi Çevresinde Dönüş Süresi

Dünyanın kendi çevresindeki dönüş süresiyle de (24 saat), bu ısı farkını minimum seviyede tutacak şekilde ayarlandığını görürüz. Eğer geceler daha uzun olsaydı, yeryüzü daha fazla soğuyacak; uzun gündüzlerde ise, yeryüzü daha fazla ısınacaktı. Ekseni etrafında çok yavaş döndüğünden, gece ile gündüz arasındaki ısı farkı 1.000 dereceyi bulan Merkür'ün durumunu hatırlayalım.

Yeryüzünün Onda Yedisinin Sularla Kaplı Olması

Yeryüzünün büyük kısmı sularla kaplıdır. Bu sâyede, ne kutupların dondurucu soğuğuna, ne de tropikal bölgelerin kavurucu sıcağına mâruz kalıyoruz. Şöyle ki; gündüz Güneş ışınlarıyla çabuk ısınan kara, topladığı bu ısıyı tıpkı bir radyatör gibi çevreye yayar. Büyük bir su kütlesi olan deniz ise, aldığı milyonlarca Güneş kalorisine rağmen, ancak birkaç derece ısınabilir. Fakat ısındıktan sonra da, kolay kolay soğumaz. Diğer yandan yeryüzünün çoğunluğunun daha çok su ile kaplı olması daha çok buharlaşma ve daha çok yağış demektir. Yeryüzü daha az denizle kaplı olsaydı, buharlaşma da azalacak ve daha az yağış sonucu yeryüzü çölleşecekti.

Dağ Silsileleri İle Kontrol Altına Alınan Hava Akımları

Güneş ışınlarının tesiriyle ısınan hava yukarı çıkar, yerine soğuk hava gelir. Böylece yeryüzünde sıcak havanın bulunduğu yerde alçak basınç, soğuk havanın bulunduğu yerde de, yüksek basınç merkezleri denen dinamik hava kaynakları meydana gelir.

Yeryüzü sıcaklığının yaşanabilir bir değerde kalması ve rüzgârların doğması için Dünya'nın kendi ekseni etrafında başı eğik (23.27 derece) olması gerekiyordu ve öyle yapıldı. Böylece Ekvator ile Kutuplar arasında yaklaşık 100 derecelik ısı farkı meydana geldi. Bu fark rüzgârların doğması için motor görevi yaptı. Böyle bir ısı farkı, fazla engebesi olmayan bir yeryüzünde gerçekleşseydi, hızı saatte 1.000 km'ye varan fırtınalar karşısında hiçbir şey ayakta kalamazdı. Oysa ki yeryüzü, kuvvetli hava akımlarını bloke edecek engebelerle donatıldı. Bu engebeler; Himalayalar'la başlar, Toroslar'la devam eder, Alpler'e kadar sıradağlar hâlinde uzanarak, batıda Atlas Okyanusu, doğuda Büyük Okyanus'la birleşir.

Okyanus Akıntılarıyla Dengelenen Isı

Yeryüzünde ısıyı dengeleyen sistemlerden birisi de okyanus akıntılarıdır. Ekvatorda üretilen fazla ısı; kuzeye ve güneye doğru okyanus akıntıları vasıtasıyla aktarılır. Böylece sıvıların ısı farkı dereceli bir şekilde dengelenmiş oluyor.

Dünyanın aşırı ısınmasını önlemek için bir görev de bulutlara yüklendi. Sıcaklık arttığında su daha fazla buharlaşır, bu da daha fazla bulut oluşumu demektir. Bulut ne kadar çoksa, Güneş'ten gelen ışınlar ayna gibi geri yansıtılarak yeryüzüne ulaşmaları engellenir.

...

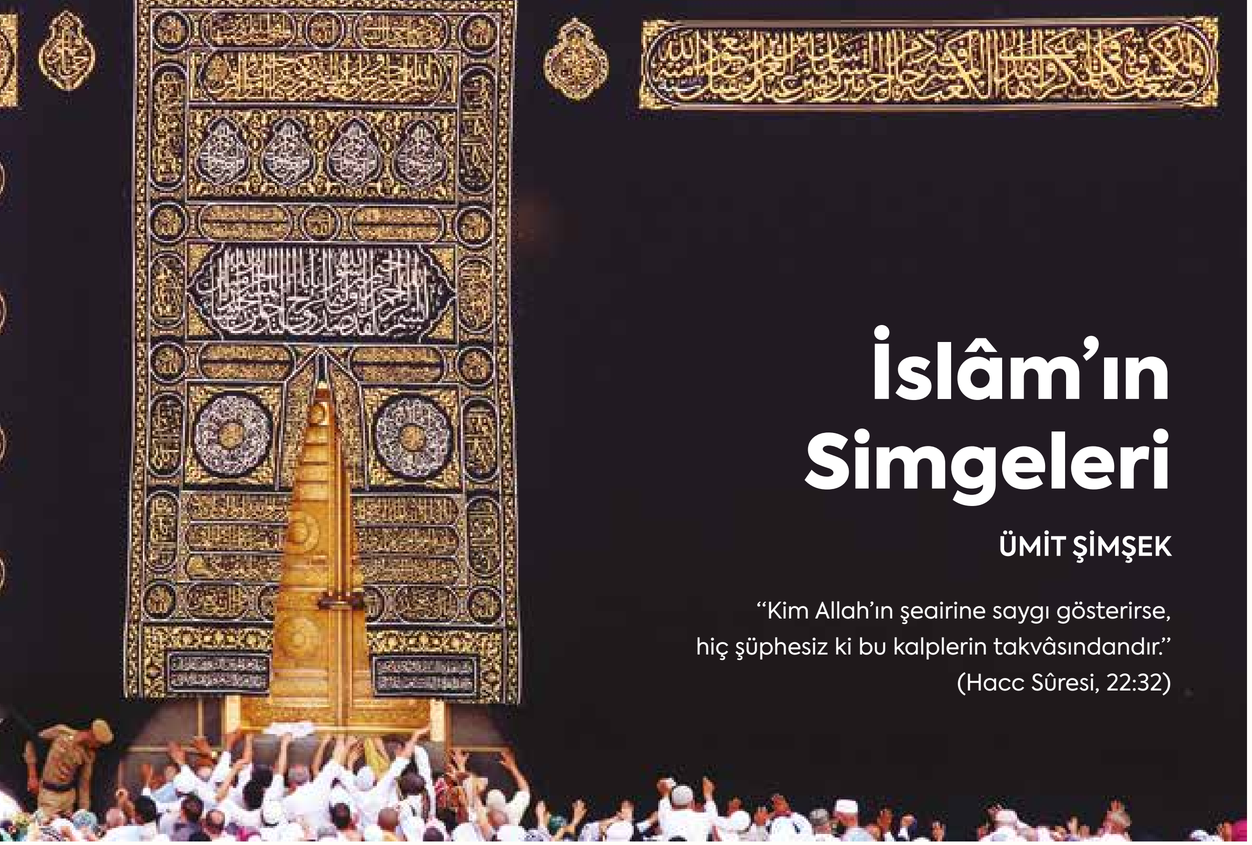
Dünya'ya şöyle bir baktığımızda, bütün faaliyetlerin odağında hayata hizmet var. En karmaşık işler için bile, en kısa ve en uygun çözüm yolları uygulanıyor. En basit unsurlara büyük vazifeler yüklenmiş ve harika mekanizmalarla çalıştırılıyor. Bu tedbirler sayesinde, lâtif bir iklim, ideal hava-basınç-sıcaklık-yağış değerleri bozulmadan devam ediyor.

Kâinat ve içindeki her şeyin bizlere kendi arzularıyla hizmet ettiklerini söyleyemeyiz. Demekki, bizim ihtiyaçlarımızı bilen birisi tarafından çalıştırılıyorlar...

Kainatın Sahibi, bizleri bunları düşünmeye davet ediyor:

İlahi hitabı dinleyelim:

"Hem göklerde ve yerde ne varsa, hepsini Kendi tarafından bir lütuf olarak hizmetinize veren de O'dur. Elbette bunda düşünecek kimseler için ibret vardır." (Câsiye Suresi, 13) ❖



İslâm’ın Simgeleri

ÜMİT ŞİMŞEK

“Kim Allah’ın şeairine saygı gösterirse, hiç şüphesiz ki bu kalplerin takvâsındandır.” (Hacc Sûresi, 22:32)

Şeair adıyla Kur’ân’ın bize öğrettiği kavram, İslâm’ın nişanları, alâmetleri, simgeleridir. Buraya aldığımız âyetin öncesi ve sonrasında, Bakara Sûresinin 158 ve Mâide Sûresinin 2’nci âyetinde de Allah’ın şeairine atıfta bulunulmakta ve hac ile ilgili ibadetler, ibadet mahalleri, kurbanlıklar, haram aylar bu arada sayılmaktadır. Kur’ân bunları sayarken “Şeair bunlardır” deyip de bir sınırlama yapmamış, ***“Bunlar Allah’ın şeairindendir”*** buyurarak, bu kavramın genişliğine ve daha başka şeyleri de içine aldığına bir işarette bulunmuştur.

Özet olarak, İslâm’ı hatırlatan ve ilân eden şeylerin tümünü şeair kapsamında sayabiliriz ki, Cuma ve bayram namazları, Ramazan, oruç, mübarek gün ve geceler, kurban, ezan, tesettür, minare, zekât, ayrıca bir beldeye İslâm mührünü vuran mabedler ve türbeler gibi alâmet ve simgeler de bunlar arasındadır.

...

Büyük müfessir Bediüzzaman Hazretlerinin şeair kavramına getirdiği açılımlar son derece dikkat çekicidir. Ona göre, kâinat baştan başa İlâhî şeairle doludur. Gökkubbeyi tebessümleriyle baştan başa yaldızlayan rengârenk yıldızlar da sonsuz bir rububiyet saltanatının şeairidir ki, düşünenleri imana ve tevhide davet eder.[1] Onun için, ***“Kâinat söndürülmezse, iman-ı İslâm da sönemez”***[2] der Bediüzzaman.

Kâinatta Allah’ın varlık ve birliğini, kudret ve saltanatını sayısız dillerle ilân eden varlıklar gibi, İslâm’ın ibadetleri, özellikle toplum halinde yaşanan ibadet ve uygulamaları ve zaman içinde İslâm medeniyetinin vücuda getirdiği kendine özgü değerler ve eserler de bütün âleme ilân eder ki, **bu gezegen Yer ve Gökler Rabbinin ülkesinden bir menzildir; burada da Onun hükmü geçer, Onun sözü okunur, Onun sözü dinlenir, Onun zikri söylenir, Ona kulluk edilir.**

İşte, o şeairden bir tanesi olan ezan, yine Bediüzzaman’ın tarifiyle, bir tevhid ilânıdır ki, bu da zaten insanın yaratılış amacıdır. Yer ve göklerde sergilenen rububiyet eserlerine bir karşılık olarak, insanlık âlemi de, ezanlarıyla sürekli olarak bu gezegen üzerinde tevhidi ilân eder, o rububiyete karşı kulluğunu bütün âleme bildirir.[3] Böylece, gündüzler ve geceler dünyamız üzerinde birbirinin peşi sıra dolanırken, yerin her köşesinden de semaya ezan sesleri yükselir ve bu şirin gezegen her an binlerce diliyle tevhid sadalarını uzayın derinliklerine saçarak kâinat içindeki yolculuğuna devam eder.

...

Bir başka deyişle, Âlemlerin Rabbi, baharı çiçeklerle, gökleri yıldızlarla konuşturduğu gibi, bu gezegeni de İslâmî şeairle konuşturmaktadır. Şu farkla ki, İslâm şeairi, bu kâinatın aziz konuğu ve Yer ve Gökler Rabbinin muhatabı olan insan topluluklarına emanet edilmiş, onların dilleri ve elleriyle nutka getirilmiştir.

İşte, herhangi bir şekilde bir şeairin ilânına vesile olan bir mü’min, bu hareketiyle, böyle göz kamaştırıcı bir tablonun içindeki yerini almış olur. Onun ağzından çıkan söz, elinden çıkan iş, artık gelip geçici ve bireysel bir olay değil, bir muhteşem bütünün parçasıdır. O, bir muazzam binada yerli yerine konmuş bir süsleme, yahut kâinat çapındaki bir koronun içinde işitilen bir güzel sestir. **Bir çiçek bir baharı, bir yıldız kâinatı gösterdiği gibi, tek bir şeairin ilânı da tüm İslâm hakikatlerini gösterir, bütün kâinatı kaplayan İlâhî rububiyeti ilân eder.**

Hattâ, yine Bediüzzaman’ın ifadesiyle, zaman içinde, şeair İslâm’ın kendisiyle öylesine özdeşleşmiştir ki, sanki İslâm’ın nurları cisme bürünmüş, mabedler ve minareler gibi şeair halinde görünmüştür. Onlar yeryüzüne çakılmış çivilerdir ki, sadece duruşlarıyla bile âleme dini telkin etmekte, İslâm’ın ruhunu ders vermektedir.[1] ❖

Kaynaklar:

1. Risale-i Nur Külliyatı (32. Söz), s. 275.
2. A.g.e. (Lemeat), s. 335.
3. A.g.e. (29. Mektup), s. 537-538.



Kısaca Yaz, Ben Anlarım

ÖMER SEVİNÇGÜL

Niteliksiz üç kitap okumaktansa nitelikli bir kitabı üç kez okumak daha iyidir.

•••

İç sesini duymak isteyen kendini dış seslere kapatmalı. Sürekli çiğnenen yerde ot bitmez. İnsan zihni günümüzde ayaklar altında kalan bir toprak gibi. Bu yüzden kişi kendi fikirlerini üretemiyor, kendisi olamıyor. Yalnız kalmayı, zihnini güncel olaylardan arındırmayı bilmelisin.

•••

Bugün senin için en yakın arkadaşına ihanet eden, yarın da başkası için sana ihanet eder.

•••

Nur, zulmeti defeder. Işık, karanlıkları süpürür. ‘Karanlık, karanlık’ demekle etraf aydınlanmaz. ❖

Erkekler Baba Olduklarında Nasıl Değişirler?

NİHAL BALCI



Floridalı baba Shaun Cunningham 9. yaş gününü kutlamak için oğlunu ilk beyzbol oyununa götürür. Oyun sırasında bir ara oğlu annesine mesaj atmak için telefonu ister. O, telefonla meşgul olduğu sırada, oyunculardan biri atış yaparken beyzbol sopası birden elinden fırlayıp, hızla tribünlere doğru gider.

Birkaç saniye içerisinde insanların şaşkın ve korkulu bakışları arasında sopa hızla Cunningham'ın oğlunun tam yüzüne isabet edecek şekilde gelir. İşte o an baba, bir süper kahraman gibi, süper refleksleri ile kolunu uzatır ve oğlunu kurtarır. (Alttaki resim)

Cunningham bir Marvel karakteri değil. O, babalıkla beraber refleksleri ve çocuğunu koruma duygusu gelişmiş babalardan sadece biri.

...

Bazıları gebe kalınınca bir babanın rolünün artık sona erdiğini, bundan sonra onsuz da her şeyin gayet güzel ilerleyebileceğini düşünüyor. Fakat her geçen gün araştırmalarla elde edilen veriler bunun tersini söylüyor. Babalar anneye yardım edebilecek ikinci bir kişi değil. Onların yeri ve çocuğun yetiştirilmesindeki rolleri tamamen farklı.



Babalık Erkeklerin Beynini Değiştirir mi?

Artık çevre ve tecrübelerin fiziksel olarak beyni şekillendirdiğini ve bunun da beklenmedik bir şekilde davranışları etkileyebildiğini biliyoruz.

Evet, annelerde olduğu gibi, bebekle beraber Allah, babaların beyinlerini de yeniden şekillendiriyor.

Baba Beyninin Faydaları

Babalık erkeği daha iyi bir insan yapıyor. Doğum yapmasalar, hamilelik geçirmeseler de biyokimyaları değişiyor, bedensel ve zihinsel olarak fayda görüyorlar. Çocuk sahibi olmak, erkeği daha zeki, becerikli, her işin altından kalkar, her işe çare bulur bir hale getiriyor.

Daha fazla baba beyni anlarını görmek için:

Çocuklarıyla ilgili olan babalar daha az psikolojik sorunlar yaşıyor, daha fazla empati gösterebiliyor, daha az hastanede yatıyor, daha fazla sosyalleşebiliyor, toplumda lider pozisyonlarına daha fazla geliyor, işte daha az stresli, ailelerine daha bağlı ve evliliklerinde daha çok mutlu, psikososyal olarak daha olgun ve daha uzun ömürlü oluyorlar.[1]

Değişimler sadece doğumdan sonra değil... Kendi kendine hayatta bile kalamayacak bu minik aciz canlı için, Allah, koruyan ve gözeten bir babayı ta hamilelik döneminden başlayarak hazırlıyor.

Sempatiden Empatiye

Hamilelik semptomlarının erkeklerde görülmesine Kuvad Sendromu ya da Sempatik Hamilelik deniliyor. Genel olarak hormonlarımız birlikte yaşadığımız insanlarla senkronize oluyor. Bazen babalar da hamile eşleri ile hem psikolojik hem de fizyolojik olarak bu uyumu sağlayabiliyorlar. Kuvad Sendromunu yaşayan babaların, eşlerine karşı daha anlayışlı oldukları düşünülüyor. Bir erkek eşinin hamileliği ile ne kadar ilgili ise, semptomlar o kadar artıyor. Hamileliğinde eşi ile en çok ilgili olanların da bebek doğduktan sonra, hem bebeğe hem eşine en bağlı olanlar olduğunu gösteriyor.

Fantom hamileliğin belirtileri, şiddeti ve sıklığı kişiden kişiye, hatta kültürden kültüre değişiyor. Bazılarının az midesi bulanırken bazıları sürekli istifra ediyor. Çoğu eşi ile senkronize bir şekilde semptomları yaşıyor.[2]

El ve ayakların şişmesi, ishal, kabız, diş ağrısı, kaşıntı, baş ağrısı, uykusuzluk, aşermeler bazı genel belirtiler. Doğum sırasında eşiyle beraber paralel sancı çeken erkekler bile var. Bu belirtileri yaşayan erkekler genelde önemsenmemesine hatta dalga geçilmesine rağmen, pek çok kişide ortaya çıkmaya devam ediyor.

2019'da NBA oyuncusu Bradley Beal, eşinin hamileliği sırasında çeşitli yemeklere aşerdiğini, gece yarısı kalkıp dondurma yediğini, böylece kilo aldığını, eşiyle aynı semptomları yaşadığını bir televizyon kanalına anlattı.

Amerikan futbolu ünlü oyuncusu Karlos Williams'ın kilo almasının ve düşük performansının sebebi olarak "hamilelik nedenli sakatlığı" sebep olarak göstermesi ise erkekler ligi için bir ilk.

Kuvad Sendromunu açıklamak için erkeklerin, çocuk doğuramadığı ya da eşinin böyle bir duruma girmesine sebep olduğu için suçluluk duymasından, ilgi isteğine kadar pek çok teori ortaya atılmış. Belirtilerin gizemi ise belki de daha derin bazı sebeplere işaret ediyor.

Babalığın Göze Görünmeyen Biyolojik Bir Tarafı Var

Baba olmak bir erkeğin kimliğini, duygularını, hatta hormonlarını değiştiriyor. Toplum bu noktada çok yol kat etmiş olsa da, bazen bu dönüşümü yanlış anlayabiliyor. Fantom hamileliğin nedeni empati veya bilinçaltı bir ilgi isteği olmaktan ziyade modern babaların hissettikleri ile, toplumun onlardan beklediği rol arasındaki uyumsuzluk da olabilir.

Testosteron Bir Erkeğin Tamamı Değil

Yüksek testosteronlu, çok erkeksi, hatta agresif bir rol biçilen erkeklerin toplumdaki bu imajı aslında babalık rolü ile bağdaşmıyor.

Eskiden doğum odasının dışında bekletilen babalar, artık doğumu anne ile beraber yaşıyor ve bebek doğar doğmaz, bebek ile ten teması yapabiliyorlar.

Kadınlar sadece resimlerine bakarak testosteronu yüksek erkekleri seçebiliyorlar. Yüksek testosteron insanın yüz hatlarına bile yansıyor. Fakat kadınlar bu tip erkekleri daha

yakışıklı ve çekici bulmalarına rağmen, genel olarak bir eş ve baba materyali olarak görmüyorlar. Yumuşaklık, nezaket, aileye düşkünlük gibi özellikler daha ön plana çıkıyor.[3]

Tamam, Annenin Karnı Büyüyor, Ama Babanınki Neden Büyüyor?

Bir erkek baba olacağı zaman ortalama olarak yedi kilo alıyor.[4-5] Kilo alma, hazımsızlık, reflü gibi bazı semptomların nedeni sadece o anın şartlarının değişmesinden de kaynaklanabilir. Örneğin hanımın devamlı karnı aç, canı bir şeyler istiyor ve alışverişi de o yapıyorsa, bu alınanlar beraber iştahla yeniliyorsa, bu artı kalori alımı ve abur cubur tüketimi eşinde de bir etki yapacaktır.

Başka bir faktör ise kortizol. Kortizol halk arasında stres hormonu olarak adlandırılıyor. Kan şekerini ve metabolizmayı düzenlemede etkili. Stresli anlarda salgılandığında iştahı artırır, aç olmasanız bile vücudunuz açmış gibi hissettirerek tekrar tekrar yemek yenmesi için yeşil ışık yakar. Dahası, bu fazla kalori harcanmaz ve kiloya dönüşürse, bu ekstra kilonun göbek kısmında yoğunlaşması için yönlendirme yapar. Sonuçta babada oluşan bu küçük yastıkçıklar, bebeğin rahatlama ve uyumasında doğal bir minder görevi de alacaktır.

Hormonlar

Eşi hamile iken, erkek beyninde prolaktin hormonu salgılanıyor ve testosteron yavaş yavaş baskılanıyor. Doğumdan sonra prolaktin annelerde süt üretimini tetikleyen bir hormon. Babalarda ise babalık ile ilgili duygu ve davranışları artırıyor. Prolaktin ne kadar yüksek ise çocukla keşfe yönelik oyun oynama o derece artıyor.[6-7-8]

Kortizol doğum sırasında zirve yapıyor. Testosteron ve kortizol babalığın ilk haftasında birden düşüyor. Sosyal yakınlık ve annelik davranışları ile ilgili olduğu bilinen progesteron ve kortizol miktarları anne ve baba arasında benzer seyrediyor. Doğum öncesi kortizol ne kadar fazla, doğumdan sonraki testosteron ne kadar çok azaldı ise babalar o derece bebekle ilgili ve etkileşim içinde oluyor.[9-10-11]

Bu hormon değişimlerinin babanın, anne ve bebekle kalıp, hayatlarının bir parçası olması ihtimalini artırdığı düşünülüyor. Testosteron miktarındaki düşüş ne kadar fazla ise, anneler babalardan o derece fazla yardım aldıklarını belirtiyor.(6) Tabi bizim kültürümüzde bunun ismi "kılıbıklık". Yok, pardon, "mülayimlik". Hatta işin ilginç tarafı, bir evlilikte hem kadın hem erkekte testosteron miktarının fazlalığı ilişki kalitesini ve ilişkiden alınan memnuniyeti düşürüyor. Kadınlardaki testosteron fazlalığı ise ilişki memnuniyetsizliğini, tersi duruma göre daha belirgin bir şekilde ortaya koyuyor.[12]

Baba olan erkeklerde testosteron %50'ye kadar düşebiliyor. Bir erkek eş aradığı zaman testosteron ona enerji veriyor. Bu enerji ile istediği insan için çabalıyor. Ama evlendikten sonra aynı enerji aynı şiddetle devam ederse, bilim insanları erkeğin yuva kurup, durulmasının zor olacağını, eş arama ve babalık yapmanın bir değiş-tokuş olduğunu söylüyorlar.[13]

Testosteron düşüşünün bebeklerin kokusu ile de tetiklenebileceği düşünülüyor. Kirli bezlerden değil de yeni doğanın nefes ve



derisindeki küçük miktardaki hormonlardan... Wisconsin Primat Araştırma Merkezinde, ailelerinden ayrılan marmoset babalara bebekleri koklatıldıktan sonra, 20 dk içinde testosteronlarının düştüğü tespit edilmiş. (Üstteki resim)

Aslında bu değişim, çok eşliliğe de daha farklı bir açıdan bakmak için bir pencere açıyor. Bir erkek eşi ve yeni bebeği ile kalıp bu değişiklikleri mi yaşayacak? Yoksa hala yüksek testosteronlu hali ile kalıp, anne ve bebeği bırakıp, kendi iş, ilgi ve heveslerinin veya başka kadınların peşinde koşup, yeni bir bebeği olsun diye mi çalışacak? Bu yollardan herhangi birini seçerken kendini, bebeği veya bebeğin annesini düşünme noktasında adalet edip, sorumluluğunun hakkını verebilecek mi?

...

Diğer önemli hormon ise bebekle ten teması ile salgılanan oksitosin hormonu. Oksitosin babada ne kadar artarsa o derece duygusal olarak bebeğe bağlılığı da artıyor. Oksitosin verilen babalar bebekleri ile daha çok ilgilenip oynuyorlar. Oksitosin bebeğe değil, sadece babaya verilmesine rağmen bu etkileşim sonucu bebeklerin de oksitosin miktarı artıyor.[14]

Annelerdeki ilgi daha çok sevme, öpme, yemek yedirme, temiz tutma şeklinde kendini gösterirken, evrensel olarak babalar çocuk gelişiminde son derece etkili olan, şaşırtıcı, hareketli, oyuncakla olmayan fiziksel oyunlar oynuyorlar.

...

Anneye nispeten babada daha çok etkili olan vazopresin hormonu ise, babalık ile ilgili davranışların ve babalardaki koruma duygusunun açığa çıkması için bir sebep oluyor. Vazopresin aynı zamanda stresi azaltan bir hormon. Evli bir erkekte düzenli olarak salgılanan vazopresin, erkekleri stres kaynaklı hastalıklara karşı korumada etkili olduğu gibi, günlük zorluklarla başa çıkmayı da kolaylaştırıyor.

Düşen testosteron ve artan prolaktin sonucu, erkeklerde bebek ağlamalarına verilen tepkilerin de değiştiği gözlemleniyor.[15] Aynı bebek ağlamalarını duyan,

- babalar, baba olmayanlara göre
- testosteronu düşük babalar, yüksek olan babalara göre
- prolaktini yüksek babalar, düşük olanlara göre
- daha fazla çocuğu ve dolayısıyla tecrübesi fazla olan babalar, tek çocuğu olanlara göre

daha sempatik, uyanık ve tetikte oluyorlar. Birlikte sonuçlara bakıldığında, babalık davranışlarının hem hormonlar hem de tecrübe ile arttığı görülüyor.

Herkes Biliyor Ki Babalık Sabrınızı ve Cüzdanınızı Azaltıp Küçültüyor, Ama Neyse Ki Beyninizi Değil

Mak ve Weiss bir grup fareyi kafeste yetiştirirler. Üremeler olduktan sonra, bebekler doğar doğmaz, babalardan bir kısmını kafeste bırakıp bir kısmını ise kafesten ayırırlar. Deneyin sonunda babaların beyinlerinde, koku alma ile ilgili bölgede %25, hipokampusta %40 oranında hacim artışı bulurlar.

Yeni hücreler oluşarak beyin hacminin büyümesi yavrunun doğumundan sonra birkaç gün içerisinde gerçekleşiyor. Allah tarafından babaya verilen bu ekstra yardım ve hediye ise şarta tabi. Hücre oluşumu, baba eğer yuvada kalırsa gerçekleşiyor. Yuvadan uzaklaştırılan farelerde sinir hücrelerinde değişim meydana gelmiyor. Yeni nöronlar bebekle harcanan zaman doğrultusunda artıyor.[16]

Bir Ekrana Baktıkları Halde Aynı Odada Oldukları İçin Çocukları ile İlgilendiklerini Düşünen Babalar Bu Kısmı Daha Dikkatli Okusun

Araştırmacılar değişimlerin bebeğin kokusundan kaynaklanabileceğini düşünürler. Fakat bebek ve babayı aynı kafeste bırakıp aralarına bir tel koyarak teması engelledikleri zaman sinir hücrelerinin oluşmadığını, bu faydanın olabilmesi için fiziksel olarak aynı mekânda bulunmaktan başka aktif ilginin de gerekliliği sonucuna varırlar.

Fareler normalde birkaç hafta içerisinde kafes arkadaşlarını unuturlar. Fakat baba fareler bebekleri doğduktan sonra oluşan bu yeni nöronlar sayesinde bebekleri ile ilgili uzun vadeli ilişkiler kurabiliyor ve uzun zaman ayrı kalsalar bile tekrar bir araya geldiklerinde kokularından onları tanıyabiliyorlar. Erken başlayan baba ilgisi, tüm hayat boyu kurulan bir bağa dönüşüyor. Babalar ve bebekler, aynı anneler ve bebeklerde olduğu gibi hem biyolojik hem de duygusal olarak karşılıklı bir iz bırakıyorlar.

Normalde beynimizdeki gri madde yaşlandıkça küçülür. Fakat babalık buna karşı koruyucu bir etki yapıyor. 70'lerindeki babaların, beyinlerindeki gri madde, baba olmayanlara göre hacim olarak daha fazla.[17] Babalık zor... Ama bu zorluklarla başa çıkmaya çalışmak beyin için faydalı.

...

16 baba üzerinde yapılan bir araştırma ise babalarda hem hormon değişiklikleri hem de beyin gelişimi olduğunu gösteren başka bir çalışma. İlk olarak doğumdan 2-4 hafta ve tekrar 12-16 hafta sonra yapılan görüntülemeler beyinde bağlanma, besleyip büyütme, empatiden sorumlu kısımlarda büyüme olduğunu gösteriyor.[18]

Bu anatomik değişim babalık kabiliyetlerinin de zamanla nasıl arttığına işaret ediyor. Bu tip değişimler elbette ki babaların sadece bebeklere bakım ve korumalarında değil, iş performanslarından, bir dolabı monte etmeyi kolaylaştırmaya kadar pek çok alanda etkili olacaktır.

Makaleye göre baba beyninde küçülen bazı merkezler de var. Beynimizdeki gündüz vakti dalıp hayal kurmamızı sağlayan bölge ile stres ve kaygı ile ilgili kısmın yeni baba olanlarda küçüldüğü tespit edilmiş.

...

İki uçlu bir çizgide, bir tarafta bekar bir erkeğin, öbür uçta da bir annenin olduğunu farz edersek; baba, gösterdiği ilgi nispetinde bedeninde ve beyninde olan değişiklikler açısından, çizgi üzerinde anneyi yakalayamasa da sağ tarafa doğru kayıyor. Annesiz bebek bakımını üstlenen babalarda beyin aktivasyonunun bazı kısımlarda nerede ise annelere yakın sonuçlar verdiği gözleniyor. Babalarda bu bağlantıların kuvveti ise direkt olarak bebekle geçirilen zamanla doğru orantılı.[23]

Böyle çalışmalardan anlıyoruz ki, biyolojik olarak bebek bakımı için yatkınlık sadece annelerde yok, babaların fıtratı da buna uygun olarak yaratılmış. Fakat bu daha çok potansiyel halde. Bir çekirdek gibi... Emek ve zaman harcandığı zaman ortaya çıkıyor. Dünyanın binbir türlü hali var. Bazen beklenmedik ölümler oluyor. Salgın nedeni ile meydana gelen son ekonomik krizde işten atılanların %80'i erkek. Binlerce erkek evde farklı roller edinirken, pek çok kadın da çalışıyor. Bu sayede çocuklar tamamen şefkatten mahrum olmuyorlar.

Babalar ve Çocukları Oyun Oynarken

Resimde görülen başlığın bir benzeri takılarak beyin dalgaları takip edilen, laboratuvarda birlikte yapboz oynamaları istenilen 66 baba ve 5-6 yaşlarındaki çocukları arasında, babanın genel ilgisi nispetinde, iki beynin senkronize olduğu, benzer beyin bölgelerinin, yakın miktarda aktif hale geldiği gözlemlenmiş.[24]



İki beynin bu şekilde uyumu ise, iyi geçinebilen ve o anki etkileşim hoşuna giden insanlarda olur. Böyle bir senkronizasyonu güncel hayatta sağlayabilen bir babanın, sadece hal dili ile çocuğuna pek çok güzel şeyi onunla beraber yaparak, yaşayarak öğretebileceğini, nice güzel tohumları kalbine ekebileceğini ve söylediklerinin ters tepki yapmadan güzel kabul göreceğini düşünüyorum.

...

Babalık biyokimyasından tam faydalanabilmek için belki de önce erkeklere bakış açımızı değiştirmeliyiz. Daha iyi, sağlam ve mutlu nesiller yetiştirmek için babaların çocukları ile daha fazla vakit geçirmelerini teşvik etmeli ve öncelikle bu farkındalığı oluşturmalıyız.❖

(Bu yazının daha ayrıntılı metnine ve kaynaklarına web sitemizdeki sayfasından ulaşabilirsiniz.)



"Beni Sev!"

HALİL İBRAHİM SERT

"Bırak her şeyi,
sadece beni sev !"
—bir şarkıdan—

Herkes "beni sev" diyor, çocuklar "beni sev" diyor. Yiyecekler, içecekler, çiçekler, ağaçlar her şey hep bir ağızdan "beni sev" diyor.

Şarkılar "beni sev" diye çalıyor.

Ruhum, ismim, cismim "beni sev" diyor.

Diplomalarım, kartvizitlerim, nefsim "beni sev" diyor. Gardropta duran kıyafetlerim bile garip bir kıskançlıkla illa "beni sev" diyor ve beni paylaşamıyorlar.

"Beni sev!"

"Hayır beni!"

"Beni de!"

Dünya ve içindeki her şey "beni sev" diye haykırıyor, hayat "beni sev" diyor, hem de delice...

Garip beklentilerle yoğruluyor varoluşum, her şey hal lisanıyla "beni sev" diyor. Her nefeste "beni sev" tuzakları doluşuyor kalbime. "Beni sev" çekiştirmeleriyle yorgunum...

Sevdiğime değseler bir de; kimi ve neyi sevsem yüzüstü bırakıyor, sonra ayrılık ruhuma batan bir kıymığa dönüşüyor.

Gülü sevsem soluyor, güzelin yüzündeki güzelliği sevsem eskiyor, günü sevsem geçiyor bitiyor, kime bel bağlasam ölüyor...

Bu yüzden, her teklifi reddediyorum usulünce. Bilmiyorlar, ben sadece "Seni" seviyorum.

Onca şeyi tek tek sevmenin karmaşasından ruhum nasıl sağ çıkar yoksa? Ya da hangi ruh sağ çıkabilir ki?

Her şeyi sevmekten ölmüş ruhlar kabristanı dünya...

Oysa ben, her şeyde "Seni" seviyorum. Senden bir iz bulabildiğim her şeye aşığım. Her şey bir ayna, her şeyde Sana bakıyor, her şeyde Senin tecellilerini görüyorum.

Bakınca Seni göremediğim her yüzden, her ruhtan, her lokmadan, her şarkıdan, her satırdan kaçmaya, kurtulmaya ve kendimden uzaklaştırmaya çabalıyorum.

Her şeyi bırakıp, sadece Seni seviyorum.

Beklentiler üzerine kurulu bir sevmek değil benimkisi.

Sen, "beni sev" yeter! ❖

Pusudaki Düşmanlar II

İnsanı Alçaltan Üstünlük Kompleksi

ADNAN ŞİMŞEK



Ümit dolu olmak atalete düşmemek için gerekli, ancak yeterli değil. Yolculuğun daha ilk adımında karşımıza dikilen ümitsizlik düşmanını etkisiz hale getirmekle işler bitmiyor.

İkinci düşman sıradadır: Üstünlük kompleksi

...

İnsanın iç dünyasında ve ilişkilerinde tahrip edici rolü olan bu sorun, kibir olarak kendini gösterir. Megalomani ve narsisizme kadar uzanır. **İşte bu düşmanın esiri olanların bazı ortak özellikleri:**

• Eleştiriye tahammül edemez fakat başkalarını eleştirmeden duramaz. Sürekli ateş eder. • Övgü açlığı içindedir. • Güç eline geçince, kararları adaletten uzak ve acımasızdır. • Eziklik kaynaklı agresif ve saçma davranışlar gösterir. • Kötülükleri kendine hiç yakıştırmaz ve hep başkasında arar. İddialaşır.

Yaşanmış Bir Arızanın Arka Planı

Büyük bir fabrikada çalışan bir ustabaşı vardı. Fabrikanın bir bölümündeki üç adet üretim bandının birinden sorumluydu. Gündüz mesaisi sona erince evine gitmişti.

Gece vardiyasına gelenler birdenbire ortaya çıkan arızayı giderememiş. Üretim bandını bir türlü çalıştıramamıştı. Sabaha kadar uğraşıp durmuşlar, ama nafile.

Sabah, ustabaşı geldiğinde perişan vaziyetteki mühendisleri görünce, "Hele durun, bir de ben bakayım," demiş.

Birkaç dakika içinde problemi çözmüş. Üretim bandı tıkır tıkır çalışmaya başlamış. Ustabaşı omuzlarda, mühendisler madara. Bu, olayın görünen çehresi. Madalyonun bir de arka yüzü vardı.

Fabrikaya büyük maliyet yükleyen bu arızanın arka planının farklı olduğu çok sonraları öğrenildi. Şeytanın aklına gelmeyecek bu arızayı ustabaşının planladığını kimse bilmiyordu. Ama o olay yaşandığında arızayı kısa zamanda bulan ve giderenin kim olduğunu ise duymayan kalmamıştı.

Yıllar sonra bir içki masasında baklayı ağzından çıkarana kadar da kimse olayın iç yüzünü bilemeyecekti.

Bazı kayıpların ne istatistikte ne de vicdanda yeri vardır. Üstünlük hastası bir insan neler yapmaz ki. Benzer olayların insan değerlerine, işletmelere ve ülke ekonomisine kaybettirdikleri rakamlara sığmaz.

Tevazu ve Otorite Dengesi

Ülkemizde ve yurt dışında fabrikaları olan bir şirketin patronu, bu konudaki bir tespitini paylaşmıştı:

"Fabrika müdürü seçiminde şunu gördük: Müdür seçerken elbette dürüstlük, kabiliyet, çalışkanlık, bilgi, tecrübe vs. özellikleri taşıyor olmasına önem veriyoruz. Ancak üstünlük kompleksi varsa, kaçınılmaz problemler yaşanıyor. Bu durum verimliliği olumsuz etkiliyor.

"Kabiliyet Allah vergisidir ve alçakgönüllü olmayı gerektirir. Yetenek, bir yöneticiyi zirveye taşıyabilir. Ancak mizaçta sorun varsa, olmaz.

"Kötülüğün kaynağında kibir var. Kendini üstün görmek şeytana ait bir vasıf. Kendini tanımayan ve diğerlerini küçümseyen birisi sağlıklı iletişim kuramıyor. Her insan gibi bir müdür de, kurduğu iletişim kadar. İletişim anlam paylaşımıdır. Ortak dil gerektirir. Kibir zaafı olan birisi, tecrübe ile sabit ki, etkili iletişim kuramıyor. Bu tecrübelerden sonra, müdür seçiminde olmazsa olmaz bir kriter ekledik: *Müdürün tevazu ve otorite dengesini kurabilecek vasıfta olması.*"

Doğru Olan Yol, Kendini Büyük Görmemek

Başarıları güzelce takdir etmeyi bilmek ve hiç kimseyi firavunlaşmasına yol açacak kadar yüceltmemek. Yöneticilik, optimumu bulma sanatıdır. Dengeli yaklaşım ve empati gerektirir.

Üstünlük kompleksi girdabındakiler empati yapamaz. Buğulu pencerelerinden bakarlar dünyaya. Daha ziyade kendi yansımalarını görürler camda. Dünyanın kendilerinin ekseni etrafında döndüğünü sanırlar. Âdil olamazlar. Megalomaniye ve zulme yatkınlıkları yüzünden işbirlikleri başarısız veya etkisiz olur. Ortaklıklar yürümez. Menfaat çatışmasında adalet rafta kalır. Terazilerinin ibresi daima kendinden yanadır. Her şeyi şahsi menfaat cetveliyle ölçer.

Sinerji oluşturamayan birlikteliklerin gelişmeleri kısa ömürlüdür.

Merkezde kendini tanımanın olduğu özsaygı ve özgüven değerlidir. Fakat kendini tanımayan, bilmeyen, insanları ötekileştiren, güçlüye yapmacık nezaket gösterip kuyruk sallayan, zayıfa diş gösteren, saygıdan nasibi olmayan megaloman bir yapının yönetim tarzı en korkunç hâkimiyettir.

Üstünlük meylinden doğan olumsuz duygular, işletme vizyonunu, gaye-i hayalini unutturmakta, rotayı şaşırtmakta, kabiliyet, enerji, zaman kaynaklarının israfına yol açar. Her şeyden önemlisi, insan değerleri çarçur edilir.

Kabiliyetli insanları kendisi için tehdit olarak algılayanlar, türlü entrikalarla birilerinin ayağını kaydırmaya çalışır... Osmanlı Devletinin son döneminde bir saray pehlivanından bahsedilir. Uzun yıllar saray başpehlivanı olarak kalmış. İleride kendisine rakip olabileceğinden endişe ettiği kabiliyetli gençleri nasıl sakatladığına dair birçok öykü anlatılır.

Hizmetkâr Liderlik

Bir arkadaşım yurt dışında doktora çalışması esnasındaki bir anısını paylaşmıştı:

Bölüm dekanı olan bayan profesör mesai saatinden önce okula geliyor ve tuvaletleri temizliyormuş. Arkadaşım merak etmiş ve sebebini sormuş.

Dekan, 'hizmetkâr liderlik' anlayışını benimsediğini ve bazı duygularını törpülemek için bu şekilde davranmayı seçtiğini belirtmiş.

...

Buyurgan liderliğin olduğu, ilkelere değil lidere sadakatin esas alındığı, atama ve terfilerde liyakate önem verilmeyen işletmelerde atalet ve çöküş kaçınılmazdır.

Belki de bu yüzden demiş F. Kafka: "İki çeşit şeytan vardır: rütbesi alınmış melek ve atanarak terfi edilmiş insan"

...

Ülkemizin büyük ölçekli işletmelerinden birinin patronu bu konuya dikkat çekmiş ve demişti ki: "İşletmeler için en muzır mahluklar, kendini tanımayan, yetersizlik sınırını bilmeyen, gelişmeye kapalı, kibir batağındaki üst yönetimlerdir, patronlardır."

Üstünlük sarhoşluğu; yorar, yıpratır, yalnızlaştırır. Kendini tanımayan, bilmeyen, megaloman bir yapı ancak korku kültürü ile hâkimiyet sağlamaya çalışır. Bu anlayışın insanlığın başına açtığı hadsiz belalara tarih şahittir. İnsanlığa, işletmelere ödettiği zararlar hiçbir istatistikte yer almaz, fakat yaptığı tahribat akıl almaz büyüklüktedir. ❖



Dünyanın Ölümü

PROF. DR. ALAADDİN BAŞAR

"Harab-ı âlem, mevt-i dünya mümkündür.
Hem vaki olacaktır."
(Bediüzzaman, Sözler)

Dokuzuncu Söz'de akşam vaktinin "insanın vefatını" ve "dünyanın kıyamet iptidasındaki harabiyetini" ihtar ettiği ifade edilir. Akşam ile yatsı arasında karanlık adım adım koyulaşır ve yatsı vaktinde gündüzden hiçbir eser kalmaz.

Bunun bir benzeri de kıyamet ve haşir hadiseleriyle kainat çapında sergilenecek. Kıyametle haşir arası, akşamla yatsı arasına benziyor. Kıyametin kopmasıyla dağlar uçacak, denizler yanacak, böylece haşre kadar dünya hayatından bazı izler görülecek. Dünya misafirlerinin tamamının haşir meydanına toplanmasıyla dünyadan artık hiçbir eser kalmayacak.

Kıyametten sonra kâinatın tamamen ortadan kalkıp kalkmayacağı konusunda açık bir hüküm olmamakla birlikte, bazı âlimler kıyamette her şeyin yok olacağı görüşündedirler ve şu âyet-i kerîmeyi buna delil getirirler.

"Allah'ın zâtından başka her şey helak olacaktır." (Kasas Suresi, 88)

Ancak, âyet-i kerîmede geçen "halikün" ibaresine bazı zâtlar "helak olacaktır" değil de "helak olucudur" manasını vermişler. Yani her şeyin mahiyetinde helak olabilme özelliği vardır, ancak Cenâb-ı Hak dilerse helak eder, dilerse varlığını devam ettirir.

Bu âyet-i kerîmeye verilen üç farklı meali burada nakledelim:

Diyanet: O'nun zâtından başka her şey yok olacaktır...

Elmalılı: O'nun vechinden başka her şey helâktedir...

Ömer Nasuhi Bilmen: O'nun zâtından başka her şey helâk olucudur...

...

Bediüzzaman Hazretleri Kader Risalesi'nin zeylinde şöyle bir manaya dikkat çeker:

"Her şey, nefsinde mânâ-yı ismiyle fânidir, mefkuttur, hâdistir, mâdumdur. Fakat mânâ-yı harfiyle ve Sâni-i Zülcelâlin esmâsına âyinedarlık cihetiyle ve vazifedarlık itibarıyla şahittir, meşhuddur, vâciddir, mevcuttur."

Bu hakikatin özellikle insan hayatına bakan yönü hakkında şöyle düşünebiliriz:

İnsan ömrü Allah yolunda harcanmışsa bu ömür helâk olmaz, daha güzel bir hayatı netice verir. Yanlış yollarda tüketilen bir ömür ise gerçekten helâk olur, mahvolur, gider.

Şu var ki, kıyametle başlayacak yeni dönem hakkında "neş'e-i uhra" yani ikinci yaratılış denildiği ve bu dünyadaki her şeyin âhirettekilere göre gölge gibi zayıf kalacağı düşünülürse, kıyamet hadisesiyle bütün mahlukat yok olmasalar bile, her şeyin o âleme uygun yeni bir mahiyete bürüneceğinde şüphe yoktur. Bediüzzaman Hazretlerinin ifade ettiği gibi o âlem "Taşıyla, toprağıyla hayattardır. Sen bir ağaca gel desen hemen gelir."

Taşın ve ağacın bu kadar değişeceği âhiret âleminde, bu terakki yolculuğundan bütün eşya hissesini alacaktır. Ne cennetin bağları dünya bahçelerine benzer, ne cehennemin ateşi dünya ateşine. Bu değişimle, eşyanın dünyadaki halleri bir bakıma helak olmuş, ortadan kalkmış gibi olur.

İbrahim Suresinin 48. ayeti bu hakikati şöyle beyan etmektedir:

"O gün yer, başka bir yere, gökler de başka göklere dönüştürülür ve insanlar Vahid (Bir) ve Kahhar (her şeye hâkim ve galip) olan Allah'ın huzuruna çıkarlar."

Bazı âlimlerimiz, ayette yer ve göklerin başka şekle girmesini bunların tamamının ortadan kalkacağı şeklinde yorumlamışlardır. Ancak, "dönüştürülme" hadisesi tümden yok olma şeklinde mi olacaktır, yoksa farklı bir mahiyet kazanma şeklinde mi?

Bu konuda kesin bir hüküm verilmemiştir. ❖



Dokuyoruz Kendimizi

SENAİ DEMİRCİ

Erzurum'da tiyatrocu dostlar giydirdi bu kıyafeti.

Birkaç dakikalığına "Dede Korkut" oldum. Belki böyle "Yunus diye de görün"müş oldum.

Bir anda itibarım yükseldi. Kendimi bu kıyafetin hakkını verecek bir sorumlulukla kuşatılmış buldum.

Oysa benim "Senai" diye görünmem de büyük sorumluluk. Bana giydirilen kimliğe de sorumluluk borçluyum.

Öyle ki çocuğum, dostum, kardeşim olur da "Senai" diye görünürse utanmamalı.

Görünen o ki, kimliğimizi bizden yıllar sonra giyilecek bir itibar elbisesi, bir onur kaftanı yapma ödevimiz var.

Şu fani dünyada inşa ettiğimiz kimliğimiz ebedi olarak giydirilecek üzerimize.

Demem o ki ebediyen üzerimizde taşımaktan utanmayacağımız bir elbise dikmemiz gerek kendimize.

Dokuyoruz kendimizi şu an. Niyetlerimizden. Sözlerimizden. Bakışlarımızdan. Susuşlarımızdan. Yazdıklarımızdan. Duruşlarımızdan...

Herkes kendine terzi. Kendini dikiyor.

Çok değerli bu kumaşı yırtmayalım. İpleri israf etmeyelim. Düğmeleri doğru ilmeklere hizalayalım.

Olur mu? ❖

'Evleneceğim Kişinin Doğru Kişi Olup Olmadığını Nasıl Anlarım?'

FEYZULLAH AKDAĞ
Psikolojik Danışman

Soru: **Merhaba, hayırlı çalışmalar dilerim. Evliliği düşünen bir bayan olarak doğru insanı bulmak adına nelere dikkat etmemi önerirsiniz? Evleneceğim Kişinin Doğru Kişi Olup Olmadığını Nasıl Anlarım? Detaylı bir izahta bulunursanız müteşekkir olurum.**

Cevap: Evlenip aile kurmanın alabildiğine kötülendiği ve zorlaştırıldığı günümüzde evlenmek niyetinde olan gençlerin bu soruyu sorması takdire şayan bir durumdur. Öncelikle, hakkınızda en hayırlı olanı Rabbimizden diliyorum ve sizi tebrik ediyorum.

Yaşadığımız şu post-modern çağda insan fıtratına topyekûn bir savaş açılmış durumda. Aşkın ve şehvetin mecrasından saptırılıp kutsandığı, helal yolların ise çağdışı olarak yaftalandığı gerçeğini sosyal medyada kısa bir gezintiyle bile görebiliyoruz. Evlilik yaşı gitgide yükseliyor. Uzayan eğitim ve iş bulma süresinin yanına evliliği olabildiğince zorlaştıran bir şekilcilik de eklenince ekonomik manada da ciddi bir külfetle karı karşıya kalıyoruz. **Oysa dinimiz bize evliliğin en hayırlısının en kolay olanı olduğunu öğütlüyor...**

Evet, gerçekten huzurlu ve doğru bir evlilik yapabilmek adına evliliğe basit, net ve gerçekçi bir bakış açısıyla yaklaşmanızı tavsiye ediyorum. Sorunuza cevabımın ilk bölümü bu üç kriterdir. Hangi görüşten olursanız olun evliliğe basit, net ve gerçekçi bir şekilde bakarsanız ardından gelen kriterlerin sizi yanıltma ihtimalini düşürmüş olursunuz.

Evliliğe basit, net ve gerçekçi bir pencereden bakın. Evlilik, akıl baliğ olup belli bir olgunluk seviyesinde olan her insanın en önemli fıtri ihtiyaçlarını karşılamanın tek meşru yoludur. Bu fıtri ihtiyaçları sadece cinsellikten ibaret görmemek gerekir. Düzen, intizam, güvenlik, huzur, özeli paylaşmak, yoldaşlık, nesil yetiştirmek, evlat sevmek gibi kavramlar da fıtri ihtiyaçlardandır. Bunların tatmininin meşru bir evlilik dışında başka yolu yoktur. Evlilik ne tamamen tozpembe bir rüya ne de özgürlüğün bitmesidir. Yani ne tamamen beyaz ne de tamamen siyahtır; hayatın tüm alanlarında olduğu gibi büyük oranda gridir.

Bekârken tam manasıyla özgür olduğumuzu kim iddia edebilir ya da mükemmel bir hayat yaşadığımızı kim söyleyebilir? Her durum kendine ait avantaj, dezavantaj, sorumluluk ve hazza sahiptir. Bu gerçekçi bakış ile evliliğe bakıyorsanız doğru yoldasınız demektir. Evlenmeyi düşünen birinin net bir biçimde bu hakikatleri masaya yatırması, evlilik ile ilgili gerçekçi bir bakış açısı kazanmasına vesile olacaktır.

Evlilik kavramı için ifade ettiğimiz kriterlerden sonra sıra evlenilecek kişide aranması gereken kriterlere gelir. Bu kriterleri net ve standart bir şekilde ortaya koymak pek mümkün değildir. Zira bu kişiden kişiye değişen özel beklentilerdir. Ancak yine de genel tavsiyelerde bulunabiliriz. **Evlenilecek kişide "olmazsa olmaz" kriterler ve "olmazsa da olabilir" kriterleriniz olsun.** Bu kriterlerin sayısı mümkün mertebe beşer taneyi geçmesin. Zira kriter sayısı arttıkça mükemmel bir karakter aramış olursunuz; ama mükemmel insan yoktur.

Dine bakış, aileler faktörü, şiddete meyil, cimrilik-savurganlık, evlilikten karşılıklı beklentiler gibi konular evlilik hayatında olmazsa olmaz faktörlerdir. Eğer siz dindar biriyseniz ve evlatlarınızı da bu şekilde yetiştirmek arzusundaysanız evleneceğiniz insanın da en az sizin kadar bu dertle dertlenmiş olmasına dikkat edin. Bu konuda en önemli kriterler tesettür ve beş vakit namazdır. Tabi sadece bu iki kritere bakmak yeterli değildir. Ailelerin birbirine uyumu ile sizin ve eş adayınızın aileye bağlı mı bağımlı mı olduğunuzu iyi tahlil edin. Bağlı bir ilişki ideal bir ilişki durumunu ifade eder ancak eğer bir taraf ailesine bağımlıysa gerektiğinde kendi kararlarını almakta özgür değilse burada bağımlı bir ilişkiden bahsedilebilir. **Bağımlı ilişkide sorumluluk almaktan kaçınma ve her şeyi anne babaya onaylatma arzusu vardır.** Bağlı ilişkide istişare esas iken bağımlı ilişkide sorgusuz itaat vardır. Oysa evlilik yeni bir aile kurmaktır. Bu da belli bir oranda bağımsız hareket etmeyi, sorumluluk almayı, risk almayı gerektirir. Bağımlı bir ilişkide bunlar olmaz.

Evleneceğiniz kişide bir diğer olmazsa olma özellik şiddete meyilli olup olmadığıdır. Burada bahsi geçen meşru şiddet değildir elbette. Ailesini, şerefini, namusunu korumak adına gerektiğinde meşru şiddete başvurmak olgunluk belirtilerinden biridir. Evlilikten önceki süreçlerde (tanışma, söz, nişan) eş adayınızın insanlarla nasıl iletişime geçtiğine dikkat edin. Örneğin annesiyle ya da kız kardeşiyle genel olarak nasıl ve hangi tavırla konuştuğuna dikkat edin. Bir yemekte garsona sipariş verirken kullandığı ses tonuna ve tavırlarına dikkat edin. Argo ve küfürlü konuşmalarının sıklığına dikkat edin. Bunlar şiddetle olan ilişki hakkında çok önemli ipuçları verir. Kadınların da şiddete başvurabileceğini unutmamakta fayda vardır. Şiddetin kadınlardaki yansıması genelde daha farklı olmaktadır. Bundan dolayı dikkat edilmesi gerektiğini hatırlatmış olalım.

Eş adayınızın para ile olan ilişkisine de dikkat etmenizi öneririm. Mesela 10 yıldır düzenli bir gelire sahip olarak çalışıyorsa ve hiçbir birikimi yoksa bunun sebebini sorgulayın. Ya da bilakis çalıştığı sürede normal şartlarda elde edilemeyecek kadar para, mal vs varsa buna da dikkat etmek gerekir. Kazandığı meşru mu? Meşru ise cimri bir şekilde davranarak mı bunları biriktirmiş? Zekât ya da sadaka konusundaki tutumu nasıldır? Paylaşmayı bilmeyen bir insandan hayatını paylaşmasını beklemek doğru olur mu?.. Bununla beraber eli çok açık bir insanın da "hayır diyebilmek" adına ciddi sorunları olabileceğini unutmamak gerekir. İfrat ve tefrite kaçmadan vasatı hedeflemek en sağlıklı yaklaşımdır.

Evliliğin her iki eş için ne anlama geldiği önemlidir. Bundan dolayı evlilikten beklentiler gerçeklik temelinden uzaklaşmadan konuşulmalı ve açıkça ifade edilmelidir. Mesela bir taraf için evlilik, eve gelince sofranın hazır olması; diğer taraf için ise sofranın beraber hazırlanması ise ortada halledilmesi gereken önemli bir konu olduğu aşikârdır.

Bu beş temel kriteri somut ve gerçekçi bir tavırla ele aldığınız takdirde size ve evliliği düşünen kadın-erkek tüm gençlere ciddi manada yardımcı olacağını düşünüyorum.

Son olarak aşkın, bahsini ettiğimiz kriterleri önemsizleştirmesine izin vermeyin. Aşk, denizin fırtınalı halidir. O fırtına er ya da geç elbet dinecektir. Son tahlilde elinizde kalacak olan somut ve gerçekçi bir tavırla ele aldığınız bu kriterler olacaktır. ❖

Sorularınızı **ruhsalsifa@gmail.com** adresine yazabilirsiniz.

düşünceler

HAZIRLAYAN: ASLINUR BAHAR

Her gün gördüğümüz şeyler, muhakkak ki
hep aynı şeylerdir; ama, ben her gün değişiyorum!
— PİCASSO

Günahsız geçen her gün bayramdır.
— HZ. ALİ (KV)

Fırtınaya karşı koyan ağacın köküdür.
Bu yüzden insan için derinleşmek, yükselmekten önce gelir.
— A. MİANDJİ

Say ki öldün; yalvardın yakardın sana bir gün daha verildi.
Bu günü o gün bil, öyle yaşa.
— İMAM GAZALİ (RA)

İnandığı şeyi yapan insanların enerjileri asla tükenmez.
— GOETHE

Bir insanı tanıyarak seversin; uzaktan bütün dağlar aynı.
—OSMAN NURİ TOPBAŞ

Ahiretteki hesap, dünyada kendini hesaba çekenler için kolaydır.
—HZ. ÖMER (RA)

Çocuğa kötü söz söylemen, ona,
kardeşine ve sana karşı aynı şekilde konuşmayı öğretir.
— İMAM ŞAFİİ (RA)

Yanlış üslup, doğru sözün celladıdır.
— SADİ ŞİRAZİ

Kıyaslama sevgisizliktir.
Kıyaslanan çocuğun ruhu zehirlenir.
— DOĞAN CÜCELOĞLU

İnsanlara musibet ve sıkıntı, çok defa ruhen yükselmeleri için verilir.
— HZ. ABDÜLKADİR GEYLANÎ (KS)

Kıymet bilen insanlara zaafım var;
onlar incili kaftan, gerisi yamalı fistan.
— CAHİT ZARİFOĞLU

HAL DİLİ

OSMAN SUROĞLU

Nokta



Kendimi bir nokta olarak gördüğümde,
bir bakmışım ki anlamlı bir cümlenin sonundayım...

Yunus Emre'den

Göklere giden yolu bulmak isteyenler,

Allah'ın elçisinin yerdeki ayak izlerini takip etsin...

M. Selahaddin Şimşek